

Selecciones

READER'S DIGEST

ABRIL 2026

HAZTE AMIGO DE LA INTELIGENCIA ARTIFICIAL

**LOS
BENEFICIOS**
de la
actividad
física
diaria

CLÁSICO:
EXPLOSIÓN
EN LAS
ALTURAS

**COMPLEMENTOS
Y HIERBAS
QUE SANAN**



**TEJER
PARA**
cuidarnos
entre
todos

85
... años ...



TU REVISTA FAVORITA «**¡YA TIENE VOZ!**»



**Escúchala a
partir de ahora.
¡Es muy sencillo!**



- 1 Escanea el código QR con tu dispositivo.
- 2 Llena los datos.
- 3 ¡Disfruta historias fascinantes en cualquier momento, **estés donde estés!**

¡SELECCIONES EN FORMATO DE AUDIO!

No te pierdas esta NUEVA experiencia.

istas.PeruRadio.net



Tecnología de punta

LA INTELIGENCIA ARTIFICIAL (IA) llegó para quedarse, y te traemos un paquete de tres artículos que nos ayudan a entender esta tecnología.

Primero, una periodista experta nos cuenta cómo ha ido avanzando la IA y cuáles son las cosas en las que nos puede ayudar... y aquellas con las que debemos tener cuidado. Después, conoceremos la manera en la que la IA está ayudando a los médicos e investigadores a dar un nuevo uso a los fármacos que ya existen, con el fin de tratar enfermedades raras. Para cerrar, un escritor neoyorquino se dispuso a evitar la IA durante dos días enteros... ¡y se llevó una enorme sorpresa! Síguelo durante 48 horas y entérate de por qué le costó tanto trabajo.

En temas de salud, este mes te hablamos de la importancia de llevar un estilo de vida activo, y te damos recomendaciones para el trabajo y el tiempo libre. También conocerás hierbas y complementos que alivian ciertos síntomas y malestares.

Claro que no olvidamos los temas humanos que nos caracterizan: lee sobre un hombre que salva la flora de su estado natal, una mujer que ayuda a terminar los proyectos de quienes ya no pueden tejer, y el drama clásico de una explosión en pleno vuelo. ¡Dinos qué te parecen!

LAS EDITORAS

¡Queremos saber tu opinión!

✉ @selecciones_mx

📘 Revista Selecciones México

📧 editorial.revista@selecciones.com.mx

Selecciones

READER'S DIGEST

READER'S DIGEST MÉXICO

Ediciones con Estilo, S. A. de C. V.

REVISTA SELECCIONES

Editora Responsable Adriana Villagra Peña
Editora Eliesheva Ramos Hernández
Diseñadora María de la Luz Miranda Palacios
Directora Digital Fernanda Silverio Meneses

Colaboradores externos

Anouk Kelly López
Jesús Hernández

Imagen de portada: Adobe Stock

CEO/Directora General

Mireya Cuentas Montejo

Directora Comercial Alejandra Herrera García
Finanzas Néstor Galicia Velasco
Legal Mariana Jiménez Rojas
Operaciones Jessica Hernández Pérez
Recursos Humanos Joana Tovar Ramírez
Sistemas Iván Simiano Silva
Supervisor de Producción Eduardo Sosa Uragá

SERVICIO A CLIENTES

Call Center: 55 5351 2500

Lun. a vier. 9:00 a 19:00 hrs.; sáb. 9:00 a 13:00 hrs.

E-mail: servicio.clientes@selecciones.com.mx

Internet: www.selecciones.com.mx

TRUSTED MEDIA BRANDS, INC. (USA)

Director de Estrategia Cameron Sales
Vicepresidenta Sr. de Dirección General Eileen Becker
Directora de Recursos Humanos Jen Tyrrell
Vicepresidenta Sr. de Operaciones Globales Jennifer Salmieri
Vicepresidente Sr., Asesor Jurídico General Joe Moschella
Director Financiero y Director de Operaciones Kanuj Malhotra
Vicepresidente Sr. de Tecnología Leonard Labuschagne
Directora de Marketing Michelle Korchinski-Ogden
Vicepresidenta Sr. de Ventas y Marketing Nicolle Zawacki
Director Ejecutivo Stephen Colvin
Vicepresidente Sr. de Estrategia de Video Brad Winters
Director de Contenidos de Video y Producción Bryan Odom
Vicepresidenta Sr. de TV en Streaming Jill Goldfarb
Vicepresidente Sr. de Producto Jonathan Hills

VENTAS DE PUBLICIDAD

Oficina Central en la Ciudad de México

Teléfono: 55 5351 2215

coordinacion.publicidad@selecciones.com.mx

COLABORACIONES Y OPINIONES

Selecciones Reader's Digest, Colaboraciones.

Shakespeare 6, pisos 4, 5 y 6,

Col. Anzures, Alcaldía Miguel Hidalgo,

Ciudad de México, C. P. 11590.

editorial.revista@selecciones.com.mx

Selecciones Reader's Digest, año 13, No. 149, abril 2026, es una publicación mensual editada por Ediciones con Estilo, S. A. de C. V., Shakespeare 6, pisos 4, 5 y 6, Col. Anzures, Alcaldía Miguel Hidalgo, Ciudad de México, C. P. 11590. Tel. 55 5351 2200, www.selecciones.com.mx
Editora responsable: Adriana Villagra Peña. Reserva de Derecho al Uso Exclusivo No. 04-2013-3-102114173000-203, ISSN: 2007-798X, ambos otorgados por el Instituto Nacional del Derecho de Autor. Responsable de la última actualización de este número: Adriana Villagra Peña.

Fecha de última modificación: 31 de marzo de 2026. Las opiniones expresadas por los autores no necesariamente reflejan la postura de los editores de la publicación. Queda estrictamente prohibida la reproducción total o parcial de los contenidos e imágenes de la publicación sin previa autorización de Ediciones con Estilo, S. A. de C. V.

Selecciones y Reader's Digest son marcas registradas de Trusted Media Brands, Inc.

Ediciones con Estilo, S. A. de C. V. no se hace responsable de los ofrecimientos, promociones y calidad de los productos de sus anunciantes.

Puedes consultar nuestro aviso de privacidad en www.selecciones.com/legal

istas.PeruRadio.net

Selecciones

READER'S DIGEST

85

*** años ***

1940-2025

PRIMEROS CURADORES

De Witt Wallace y Lila Acheson son considerados los primeros curadores de contenido. Ante el exceso de información, crearon el formato Reader's Digest, que reunía 31 artículos condensados con historias útiles y perdurables.

istas.PeruRadio.net

Artículos

Haz amistad con la IA

Tanto si ya la dominas como si has evitado familiarizarte con ella, nuestra guía te ayudará a sacar el máximo partido a esta tecnología para hacer tu vida más fácil, y te dirá con qué aspectos debes tener cuidado.

Así salva vidas la IA

La inteligencia artificial tiene la capacidad de encontrar nuevos usos para los medicamentos existentes, lo que ayuda a tratar enfermedades raras.

Evitar la IA durante dos días

Un periodista se dispuso a no usar la inteligencia artificial en todos los aspectos de su vida durante 48 horas. ¿Lo habrá logrado?

Actívate a diario

Echa mano de las oportunidades que te brinda la vida para incorporar más actividad física cada día.

LA SELECCIÓN DE SELECCIONES

Rumbo al Mundial: Historia y más

Anfitriones, jugadores, equipos... todo para que te vayas enterando de lo que verás en unos meses en la Copa de la FIFA 2026.

DESCUBRE MÉXICO

Acapulco: a 50 años del Tianguis Turístico

El puerto conmemora el nacimiento de este evento entre memoria, resiliencia y una renovada apuesta por el futuro.

Una comunidad muy unida

Un grupo de personas recurre a sus agujas de tejer para ayudar a terminar los proyectos que otros dejaron inconclusos por una u otra razón.

CLÁSICO

Explosión a más de 5,000 metros de altura

Todo iba bien en el vuelo 5390. De pronto, el viaje se convirtió en una pesadilla.



Departamentos

Mensaje editorial

Completa la oración

Las infancias de hoy
en verdad deberían...

Salud

Hierbas y complementos
que sanan

**Noticias del mundo
de la medicina**

Héroes entre nosotros

Favoritas de los lectores

La risa, remedio infalible

Gajes del oficio

Así es la vida

Entre niños

Trivia

Juegos mentales

Enriquece tu vocabulario

Citas citables



COMPLETA LA ORACIÓN

La canción que mejor describe mi vida es...

Canadá

Solía ser "My Generation" (Mi generación), de The Who. Ahora es "Old Man" (Viejo), de Neil Young...

STEVE

México

"Fantasía", de Tito Nieves. Describe lo que siento ante la muerte de mi hijo. Me hace llorar y, al mismo tiempo, me da consuelo.

YESSSENIA LOMELÍ

Chile

"Gracias a la vida", de Violeta Parra.

NOEMÍ MONTECINOS

Bélgica

"Audrey". Así descubrí el saxofón de Paul Desmond.

ANDRÉ HILGERT

Francia

"Shake It, Baby", de John Lee Hooker. Marca el ritmo de mi vida.

BERNARD GOINVIC

Portugal

"The Sound of Silence" (El sonido del silencio), de Simon & Garfunkel. La letra refleja una etapa muy complicada de mi vida.

ANA MORAIRA CASTRO

ILUSTRACIÓN: SHUTTERSTOCK



Finlandia

"We Are the Champions"
(Somos los campeones), de
Queen, pues nos necesitamos
los unos a los otros.

PIRJO KOKKONEN

Países Bajos

"You Never Walk Alone"
(Nunca caminas solo), del
musical *Carousel*, porque nos
va mejor juntos.

MARIA MENTING

Alemania

"My Way" (A mi manera),
de Frank Sinatra. Solo puedes
ser feliz si sigues tu propio camino.

BÄRBEL

Austria

"Stan Smith", de Alcemist & Coco,
ya que dice "Siento que estoy
viviendo en un *rave*".

JAY

España

"Mediterráneo", de Joan
Manuel Serrat. Era la canción
favorita de mi madre.

ROSA BARRIO

Suiza

"Here Comes the Sun" (Ya viene
el sol), de The Beatles, pues el
sol le hace bien a mi alma.

DOMINIQUE

Australia

"Don't Let Me Be Misunderstood" (No
dejes que me malinterpreten), de Nina
Simone, porque... creo que es obvio.

ALISON FRASER



Hierbas y complementos que sanan

Conoce algunos remedios para tratar dolores, molestias estomacales y mucho más.

TOMADO DE GUÍA DE BIENESTAR

ACEITE DE ONAGRA

Elaborado a partir del aceite prensado de las diminutas semillas de la flor de la onagra (*Oenothera biennis*), este remedio es rico en ácido gamma-linolénico (AGL), un ácido graso esencial que alivia la inflamación y ayuda a hidratar piel, cabello y uñas. Se consume en cápsulas rellenas o en forma de aceite.

Para el asma

El cuerpo convierte el AGL en compuestos antiinflamatorios que pueden ayudar a combatir la hinchazón de las vías



respiratorias. Toma dos cápsulas de 500 miligramos tres veces al día con alimentos, para evitar molestias estomacales.

Para la inflamación y la sensibilidad mamaria por síndrome premenstrual

El aceite de onagra es un remedio herbal tradicional para los síntomas premenstruales, incluida la sensibilidad mamaria. El AGL puede ayudar a equilibrar las hormonas. Toma 1,000 miligramos, en forma de aceite o cápsulas, tres veces al día.

Para uñas quebradizas y cabello seco

Aumentar la ingesta de ácidos grasos esenciales puede hidratar uñas y cabello. Toma 500 a 1,000 miligramos tres veces al día.

Para la impotencia

El AGL puede ayudar contra la impotencia al asistir la salud de los vasos sanguíneos del cuerpo.

Para los dolores menstruales

Las prostaglandinas, generadas durante la menstruación para ayudar al útero a desprender la mucosa, también suelen provocar cólicos. El AGL puede ralentizar la producción de dichas sustancias. Prueba con 1,000 miligramos tres veces al día.

Para la artritis reumatoide

En un estudio con personas con artritis reumatoide, quienes tomaron AGL presentaron menos dolor e inflamación que quienes recibieron un placebo, luego de seis meses. Toma 1,000 miligramos tres veces al día.

ANDROGRAPHIS

La *Andrographis paniculata* no es tan famosa como la equinácea, pero se utiliza desde hace siglos para tratar resfriados y fiebre, y parece que funciona mejor. Entre sus efectos está reducir la inflamación, responsable de la mayoría de los síntomas del resfriado. También estimula el sistema inmunitario y puede ayudar a producir anticuerpos contra los virus.

Para los resfriados

Esta planta podría acortar el resfriado y hacerlo más tolerable hasta que ceda. La encuentras en tiendas naturistas en combinación con vitamina C, cinc y equinácea. Sigue las instrucciones del envase o toma dos comprimidos tres veces al día durante 10 días, de un preparado estandarizado a 30 miligramos de andrografólidos por comprimido.

BROMELINA

Derivada de los tallos de la piña, la bromelina es una enzima que favorece una buena digestión. También alivia la hinchazón y los hematomas al interferir con las acciones inflamatorias de unas sustancias químicas llamadas leucotrienos. Además, ayuda con varios problemas de salud, como la bursitis, la tendinitis y el síndrome del túnel carpiano.

Para los gases

Los productos a base de enzimas digestivas que contienen bromelina facilitan la digestión, para que los alimentos mal digeridos no lleguen al intestino grueso, donde las bacterias los descomponen y producen gases.

Para la enfermedad inflamatoria intestinal

Los complementos de bromelina ayudan a descomponer los alimentos y a completar la digestión, además de contrarrestar la inflamación. Toma una o dos cápsulas con cada comida. La bromelina también se utiliza en casos de colitis ulcerosa.

Para dolores y contusiones

Los estudios demuestran que esta enzima reduce la hinchazón y los hematomas. Toma 500

miligramos dos o tres veces al día. Si el hematoma es grande, duplica la dosis el primer día.

Para las picaduras de abeja

La bromelina puede ayudar a mitigar la inflamación y el enrojecimiento de una picadura. Toma 500 miligramos tres veces al día durante las primeras 24 a 48 horas tras la picadura.

CAPSAICINA

Es el compuesto químico que da al ají su cualidad picante. Alivia el dolor reduciendo la presencia de la llamada “sustancia P” de los nervios de la piel, haciendo cortocircuito con las señales de dolor que viajan al cerebro. Como los frutos de los que se saca, los productos de capsaicina suelen irritar. Una crema puede quemar al principio, pero esa sensación desaparece rápido. Asegúrate de lavarte bien las manos después de usarla y no la apliques sobre piel dañada o ampollas. Además, este compuesto puede ayudar en los puntos de dolor asociados a la fibromialgia.

Para el herpes zóster

Aplica crema de capsaicina (usa un producto marcado con 0.025 % o 0.075 %) tres o cuatro

veces al día. Utilízala con regularidad durante al menos dos semanas; puedes tardar ese tiempo en notar los resultados.

Para el dolor de espalda

Prueba un parche de capsaicina. Sigue las indicaciones, pues si se deja demasiado tiempo puede irritar la piel.

Para el síndrome del túnel carpiano

La piel de la parte interior de la muñeca es fina y sensible, por lo que debe utilizarse la crema de capsaicina más suave (0.025 %) y seguir las instrucciones.

Para el dolor de cuello

Un estudio ha descubierto que el uso de la crema al 0.025 %, cuatro veces al día durante cinco días, mejora de manera significativa las molestias de personas con dolor de cuello crónico.

Para la artrosis

Los investigadores están experimentando con la inyección de capsaicina directa en las articulaciones artrósicas; se ha comprobado que una sola inyección alivia el dolor hasta por dos semanas. Aunque este tratamiento todavía es experimental, puedes obtener alivio utilizando crema de capsaicina varias veces al día.

GARRA DEL DIABLO

La hierba africana *Harpagophytum procumbens*, de sabor amargo, contiene unos compuestos llamados harpagósidos que reducen la inflamación.

Para el dolor de espalda

Una revisión de 12 ensayos clínicos descubrió que una fórmula líquida, estandarizada a 100 miligramos de harpagósidos, o un polvo estandarizado a 60 miligramos, funcionaban bien para aliviar el dolor de espalda crónico.

Para el dolor de cuello

Aunque no se han realizado estudios, hay evidencia de que alivia el dolor de espalda y la artritis, por lo que creemos que es una buena opción para el dolor de cuello también. Toma una formulación líquida estandarizada a 100 miligramos de harpagósidos o un polvo estandarizado a 60 miligramos, una vez al día.

Para la artrosis

Un estudio comparó la garra del diablo con un antiinflamatorio y encontró beneficios similares, aunque la garra presentó menos efectos secundarios. Toma 2.6 gramos al día de un extracto estandarizado al 3 % de glucósidos iridoides en dosis divididas. ♦



Molly Jasinski

CEPÍLLATE

Un nuevo estudio de la Universidad de Nueva York, que el autor principal calificó como “el estudio más amplio y el análisis más detallado de su tipo”, descubrió que ciertos microbios presentes en la boca estaban relacionados con un riesgo considerablemente mayor de padecer cáncer de páncreas. Tras analizar muestras de saliva de más de 120,000 adultos y realizar un seguimiento de su salud durante casi una década, el equipo comparó los resultados de 445 participantes a los que se les había diagnosticado cáncer de páncreas, con los de otros 445 que no lo padecían. Un total de 27 bacterias y hongos orales, algunos de ellos relacionados con enfermedades de las encías, se asociaron con un riesgo 3.5 veces mayor de padecer cáncer de



páncreas. El estudio también fue el primero en identificar un tipo de levadura cándida que se encuentra tanto en la boca como en los tumores pancreáticos. Los autores del estudio afirman que una buena higiene bucal puede proteger contra las enfermedades periodontales y, ahora, posiblemente también contra el cáncer.

El lado positivo

En lugar de maldecir las canas, considera que podrían indicar la defensa natural del cuerpo contra el melanoma, el tipo más peligroso de cáncer de piel. Científicos de la Universidad de Tokio examinaron las células madre responsables del color del cabello y la piel. Descubrieron que cuando estas células madre sufren un tipo de daño en el ADN, se eliminan del cuerpo en lugar de seguir dividiéndose. Esto hace que el

cabello se vuelva gris. Por el contrario, las sustancias químicas cancerígenas pueden bloquear esta respuesta protectora del envejecimiento, manteniendo las células en modo de autorrenovación y abriendo la puerta a la posible formación de cáncer.

Habla al respecto

Una encuesta reciente del sistema de salud estadounidense Orlando Health reveló que el 38 % de los hombres preferiría quedarse

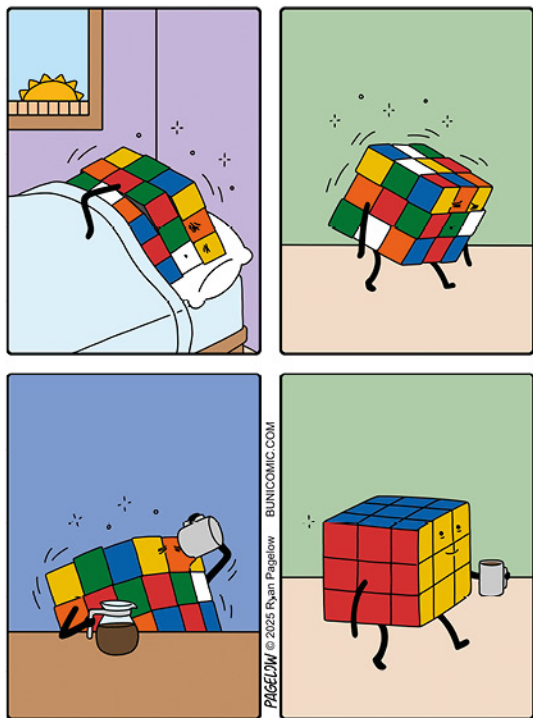
atrapado en el tráfico, o incluso ver perder a su equipo deportivo favorito, antes que hablar con su médico sobre la salud de la próstata. Esa reticencia es importante, ya que los expertos afirman que hasta un 60% de los hombres experimentan agrandamiento de la próstata, y problemas urinarios asociados, a los 60 años, y un 80% a los 80 años. No obstante, los urólogos afirman que existen soluciones sencillas y eficaces para esta afección, por lo que vale la pena hablar con tu médico.

Un colchón protector

El exceso de peso suele estar asociado a todo tipo de problemas de salud, como un mayor riesgo de padecer problemas cardíacos, artritis, diabetes e incluso trastornos del estado de ánimo. Sin embargo, en un estudio publicado en la revista *Journal of the American Medical Association*, se descubrió que el sobrepeso ofrecía un beneficio inesperado: mejores resultados tras las cirugías en adultos mayores. En un estudio realizado con 414 adultos de 65 años o más, investigadores de la Universidad de California en Los Ángeles descubrieron que aquellos cuyo índice de masa corporal (IMC) indicaba sobrepeso u obesidad tenían menos complicaciones después de someterse a intervenciones quirúrgicas electivas importantes. También tenían las tasas más bajas de mortalidad después de 30 días, con menos del 1 %. Por otro lado, los riesgos de problemas posquirúrgicos sí aumentaron entre quienes padecían obesidad grave (con un IMC de 40 o más), hasta un 21 %. ♦



LA RISA, REMEDIO *infalible*



La esposa de un granjero enferma y él llama al médico, quien se apresura a llegar con su maletín en la mano. Tras examinar a la paciente, el doctor sale de la habitación y le pide al granjero unos alicates.

Unos minutos más tarde, vuelve a abrir la puerta y pide un martillo y un cincel.

—Doctor, ¿qué tiene mi esposa? —pregunta el marido, angustiado.

—Aún no lo sé —responde el

médico—. No he podido abrir mi maletín. —MEDINDIA.NET

“¿Qué es una pareja?”, le pregunté un día a mi mamá. Ella contestó: “Dos o tres personas”. Lo que probablemente explica por qué fracasó su matrimonio. —JOSIE LONG, *comediante*

Cuando oigas hablar de una estadística, siempre pregunta sobre su otra cara. Por ejemplo, 44 % de los matrimonios terminan en divorcio. Sin duda, se trata de un número aterrador. Pero no es tan aterrador si lo miras desde una perspectiva distinta. Si el 44 % de los matrimonios terminan en divorcio, eso significa que el 56 % de los

Nadie en la historia ha dicho jamás algo respetuoso después de anunciar: “Con todo respeto...”.

—DAVE KONIG, *comediante*,
DRY BAR COMEDY

matrimonios terminan con la muerte.

—DON MCMILLAN, *comediante*,
DRY BAR COMEDY

Un hombre que da un largo discurso, dice: “Lamento haber hablado tanto. Dejé mi reloj en casa”. Una voz entre la multitud responde: “Hay un calendario detrás de usted”. —GCFL.NET

PAGAMOS 500 PESOS...

...por anécdotas divertidas para **Entre niños, Gajes del oficio, Así es la vida** y chistes de cualquier fuente para **La risa, remedio infalible**. Envíalos a:

■ **editorial.revista@selecciones.com.mx**

■ Anota tu nombre completo, fecha de nacimiento, domicilio, teléfono y dirección electrónica (debes ser mayor de edad).

■ Cualquier colaboración que no incluya todos los datos solicitados será rechazada.

IMPORTANTE: No damos acuse de recibo. El pago se hará cuando aparezca publicada la colaboración. Tarifa sujeta a cambio sin previo aviso. Una vez publicada y pagada la colaboración será propiedad de Reader's Digest México.



Historia viva

Jacopo della Quercia

1 EN ABRIL, LAS BATALLAS de Lexington y Concord volverán realizarse, como sucede cada año en las ciudades de Massachusetts donde se escucharon los primeros disparos de

la Revolución Estadounidense. Dar vida al pasado “suele ser un pasatiempo para toda la vida”, afirma el recreador histórico Edward Heinrichs, director del Herkimer Home State Historic Site,

en el norte del estado de Nueva York. “Se requieren varios años para perfeccionar tus conocimientos, y se convierte en un auténtico estilo de vida”.

2 LOS VETERANOS de la Guerra de Independencia de Estados Unidos pueden haber sido los primeros recreadores. Esto se debe a que los soldados del Ejército Continental solían organizar “simulacros de combate”, batallas ficticias sin balas de mosquete, cuando los generales realizaban inspecciones. Esta costumbre se mantuvo incluso después de la guerra en ciudades como Bennington, Vermont, donde se celebraron simulacros de combate conmemorativos en 1789 y 1802.

3 LAS RECREACIONES históricas son casi tan antiguas como la historia misma. En la antigua Roma, Julio César organizaba escaramuzas con caballos, elefantes y buques de guerra. A pesar de que luchaban bajo falsos pretextos, los prisioneros obligados a participar en estos espectáculos morían de verdad. A medida que crecía el Imperio

Romano, también lo hacían estas exhibiciones: una batalla naval simulada celebrada en el año 52 d. C. contó con la participación de más de 19,000 hombres.

4 LAS FERIAS RENACENTISTAS se encuentran entre las recreaciones históricas más populares de la actualidad. Una de las más grandes de Estados Unidos es el Festival Renacentista de Texas, que atrae a más de 500,000 visitantes cada año. Aunque algunos asistentes a este evento piensan que las piernas de pavo saben sospechosamente a jamón, en realidad se trata de carne de pavo curada y ahumada, como se hace con el jamón hoy en día. El método de cocción es fiel a la época, pero la carne no tanto. Al ser un ave del “nuevo mundo”, el pavo no formaba parte del menú de la Europa medieval.

5 FUE UNA PAREJA DE California la que organizó la primera feria renacentista moderna, en 1963. Phyllis y Ron Patterson recrearon una celebración isabelina en su jardín y, aunque se esforzaron por ser

fieles a la historia, no todo salió perfecto. “Recuerdo que una joven corrió hacia mí”, contó Phyllis Patterson a *Los Angeles Times* en 1987, “y me dijo: ‘Tienes que hacer algo. Hay alguien ahí atrás tocando a Bach’”.

6 UN DRON (LITERALMENTE) voló frente a los recreadores medievales en Lípetsk, Rusia, en 2016. En respuesta, un caballero tiró su lanza y derribó el dispositivo ofensivo. El dron tenía como objetivo grabar imágenes del festival, pero en su lugar capturó este momento dramático que se volvió viral.

7 NO PUEDE HABER artilugios novedosos en ninguna recreación realizada por Vikingos de Norteamérica. El sitio web de esta organización advierte: “No se permiten objetos modernos que puedan ‘romper el encanto’”. Sin embargo, un grupo similar del Reino Unido, llamado Los Vikingos, anuncia su disponibilidad para “cualquier cosa que se ajuste a nuestra línea temporal” (700-1100 d. C.), incluidos trabajos cinematográficos.

8 DEJANDO DE LADO los anacronismos, participar en recreaciones es “probablemente la mejor manera de aprender sobre la historia”, afirma Heinrichs. Aunque los recreadores suelen ser profesores, veteranos o aficionados a la historia, cualquier persona puede formar parte de estos eventos; no obstante, la mayoría de los grupos piden que al menos te encuentres a finales de la adolescencia para poder “luchar” junto a ellos.

9 QUIZÁ LA RECREACIÓN más famosa de la Guerra Civil fue la reunión de Gettysburg de 1913, cuando más de 50,000 veteranos de ese conflicto acamparon en la ciudad de Pensilvania para celebrar el 50 aniversario de su famosa batalla. En noviembre de este año, un imitador de Lincoln visitará el campo de batalla y pronunciará el Discurso de Gettysburg.

10 CADA VERANO, una recreación de la Segunda Guerra Mundial en Conneaut, Ohio, convoca a unos 1,500 recreadores y 45,000 espectadores en un tramo del

lago Erie que se asemeja a la playa de Omaha, una de las cinco playas de Normandía, Francia, donde las fuerzas aliadas derrotaron a los nazis y comenzaron a liberar a Europa occidental. La celebración de Ohio inició en 1999 y, en la actualidad, es una de las recreaciones del Día D más grandes de Estados Unidos.

11 LA MEJOR MANERA de convertirse en recreador es encontrar un grupo o “unidad” que te guste, según el *youtuber* Chris the Redcoat, ya que los grandes eventos suelen estar formados por círculos más pequeños de amigos. En uno de sus videos, Chris responde a las preguntas más frecuentes que le hacen sobre recreaciones históricas. Otro recreador, Brandon Fisichella, revela algunas de las preguntas más extrañas que le han hecho: “Me preguntaron si era del Norte o del Sur”, cuenta, “en una recreación de la Segunda Guerra Mundial”.

12 LOS RECREADORES más serios llevan “equipo”, no “disfraces”. Estas piezas, dignas de un

museo, suelen estar hechas a mano, por lo que lleva mucho tiempo confeccionarlas. Pero son un trabajo que se realiza con amor. Como dice Samantha Graves-Brownell, “soldado” de un grupo de recreación del Segundo Regimiento de Artillería Continental de Albany, Nueva York: “Trabajas para ser lo más auténtica posible. Incluso mis gafas tienen que ser específicas”.

13 PERO NO ES necesario renovar todo tu guardarropa para emparte de historia. Durante la celebración del 250 aniversario de Estados Unidos este año, existen opciones como tirar té en el puerto de Boston, en el Boston Tea Party Ships & Museum, o escuchar la “primera” lectura pública de la Declaración de Independencia en Filadelfia. Para difundir información respecto a estos y otros eventos se lanzó america250.org, el sitio web de la Comisión del Semiquinto Centenario de Estados Unidos. Su objetivo: inspirar a las personas a reflexionar sobre el pasado y renovar su compromiso con los ideales de la democracia. ♦

Guardianes de la naturaleza

En la batalla contra las especies invasoras, las plantas autóctonas de Alabama tienen un aliado.

Catrin Einhorn

TOMADO DE THE NEW YORK TIMES

SER FANÁTICO de las plantas autóctonas puede no parecer la fórmula del éxito como *influencer* en las redes sociales. Pero sí lo fue para Kyle Lybarger.

Nacido y criado en Alabama, y a menudo vestido con ropa de camuflaje, Lybarger ha alcanzado una fama inesperada en Internet al presentar a sus seguidores el mundo ignorado de la flora del sureste estadounidense. En el camino, se ha convertido en guardián, a veces oficial y otras no, de un creciente mosaico de

poblaciones vegetales raras y en peligro de extinción en el norte de Alabama y más allá.

“Gran parte de lo que hacemos es salvar estos restos para que sigan existiendo si la gente desea recuperarlos en el futuro”, dice.

En un estado en el que más del 90 % de la tierra es de propiedad privada, eso ha significado llamar a las puertas para hablar con los propietarios que, sin saberlo, albergan plantas raras. Lybarger, ingeniero forestal de formación, se ofrece a cuidar de esas poblaciones sin costo, gracias a los



Un error llevó a Kyle Lybarger a convertirse en defensor de las plantas y flores de su estado.

istas.PeruRadio.net

ingresos que obtiene de las redes sociales. Solo en TikTok tiene casi medio millón de seguidores.

“Kyle descubrió una fórmula secreta que se extendió inmediatamente como pólvora por todo el país”, afirma Dwayne Estes, profesor de Biología en la Universidad Estatal de Austin Peay y director ejecutivo de su Instituto de Pastizales del Suroeste. “Es una historia de éxito increíble en la conservación estadounidense”.

Cuando se le pregunta, Lybarger atribuye su éxito en las redes sociales a su terquedad, a la energía positiva que heredó de su difunto padre y, en gran medida, a no preocuparse por lo que piensen los demás.

“Era un cazador sureño de ciervos y un guardabosques que publicaba sobre flores”, comenta. “Para hacer eso, no tiene que importarte lo que la gente piense de ti”.

Todo comenzó con lo que Lybarger ahora reconoce como un terrible error. Hace aproximadamente una década, administraba un bosque privado cuyo propietario le permitía cazar, y él quería atraer más ciervos y pavos salvajes. El terreno incluía una



zona rocosa y abierta, que decidió que sería un buen lugar para plantar alimento para la fauna silvestre. La roció con herbicida, añadió tierra, esparció una mezcla de pienso y taló algunos árboles para que entrara más luz. Las semillas no germinaron en el suelo seco y poco profundo. Pero en los bordes del claro, donde no había rociado ni sembrado nada, la luz solar adicional desató una hermosa sorpresa.

“Volví al verano siguiente y había color por todas partes”, dice Lybarger. “Eran plantas con un aspecto realmente estrafalario, y pensé: *Creo que debería saber qué planta es esta*”.



La labor de Lybarger se enfoca en conservar la flora nativa de Alabama, como la spigelia o el flox liso.

Después de publicar fotos de las flores en Facebook, un botánico y profesor de ciencias local llamado Kevin England se puso en contacto con él. En una visita al claro, Lybarger se maravillaba cuando England le señalaba especies raras y vulnerables. Lybarger se dio cuenta de que había destruido una zona con un banco de semillas silvestres de innumerables especies que eran ideales para atraer la vida silvestre, todo ello para plantar dos o tres especies que no formaban parte del ecosistema autóctono.

“Fue entonces cuando comprendí que proteger la biodiversidad y lo que se supone que

debe haber allí es probablemente la mejor opción”.

Se sumergió en una serie de investigaciones que indicaban que, antes de la colonización europea, el sureste albergaba extensas praderas además de bosques. A lo largo de los siglos, la supresión de incendios y otros factores permitieron que los bosques dominaran zonas que antes eran sabanas.

Lybarger encontró una misión: salvar los restos de esas praderas. Así, una mañana de primavera se vio charlando con Pat Eaton, en cuya propiedad crece una especie de gladiolo en peligro de extinción. Según Al Schotz, botánico de la Universidad de

Auburn y del programa de patrimonio natural del estado, esta planta solo crece en dos condados de Alabama, en menos de 10 poblaciones conocidas, y solo una de ellas se encuentra en terreno público.

“Esta especie podría desaparecer en un abrir y cerrar de ojos, y hay muchas otras como esa”, afirma Schotz. “Los propietarios privados serán la piedra angular de la conservación de muchas de estas plantas, ya que las agencias estatales y federales simplemente no tienen los fondos necesarios para adquirir todas las parcelas de tierra en las que crecen especies muy raras”.

Cerca del terreno de Eaton, una larga franja de hierba muerta mostraba dónde alguien había rociado herbicida a lo largo de la carretera. Lybarger le preguntó a Eaton si estaría bien colgar un cartel en el que se indicara a la gente que no podara ni rociara.

“Por supuesto”, respondió ella.

A pocos kilómetros, Lybarger señaló otra especie en peligro de extinción a nivel federal, el trébol de pradera frondoso, cuya protección se había logrado gracias a sus seguidores en las redes

sociales. En 2023, se asoció con un artista para diseñar una camiseta con la planta, con la esperanza de crear conciencia y ayudar a financiar los esfuerzos de conservación. Entonces, dice, se enteró de que parte de los terrenos forestales donde crecían las poblaciones silvestres estaban en venta.

“Acabamos recaudando más de 100,000 dólares solo con las camisetas”, dice Lybarger.

Utilizó la mayor parte para comprar las casi 10 hectáreas que se habían puesto a la venta, y se comprometió a destinarlas a un fideicomiso de tierras o a una servidumbre de conservación. Los 20,000 dólares restantes se destinarán a proyectos similares en el futuro, afirma.

Sin embargo, cree que su mayor contribución es la educación en las redes sociales, influyendo en las personas para que cultiven las plantas autóctonas que apoyan a los insectos en peligro de extinción. “Una persona, un jardín, una porción de tierra pueden marcar una diferencia mayor de lo que se piensa”, afirma. 

TOMADO DE THE NEW YORK TIMES (24-VI-2025),
COPYRIGHT © 2025 POR THE NEW YORK TIMES
COMPANY.

•andrea®

LO TIENE TODO



istas.PeruRadio.net

andrea.com

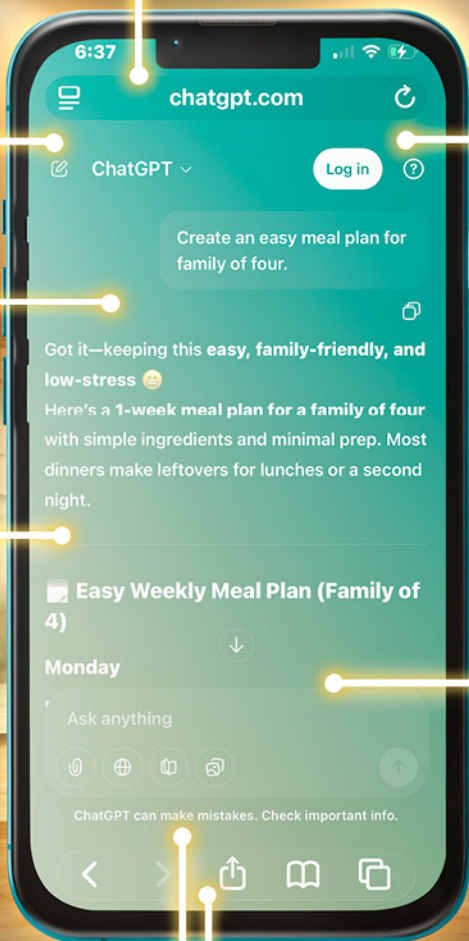


istas.PeruRadio.net

Haz amistad con la IA

Tanto si ya la dominas como si has evitado familiarizarte con ella, nuestra guía te ayudará a comprender cómo sacar el máximo partido a esta tecnología para hacer tu vida más fácil... y con qué aspectos debes tener cuidado.

Sage Lazzaro



HOY EN DÍA, la inteligencia artificial (IA) está presente en todos los ámbitos de nuestra vida cotidiana, desde las salas de conferencias hasta las aulas, pasando por las evaluaciones de salud y las conversaciones durante la cena. ¿Qué distingue a la IA de las innovaciones tecnológicas anteriores? Estos sistemas avanzados son capaces de hacer cosas que antes solo podían hacer los seres humanos, y además las hacen rápidamente.

Como periodista de tecnología para publicaciones como *Fortune* y *VentureBeat*, llevo una década cubriendo la IA y he sido testigo de primera mano de su evolución. El progreso ha sido notable. Aunque su uso generalizado ha ido creciendo desde la década de 2010 (incluso en tecnologías que usas a diario, como los teléfonos inteligentes y las redes sociales), la actual obsesión por ella comenzó en noviembre de 2022, cuando OpenAI lanzó ChatGPT.

ChatGPT fue el primer *chatbot* de su clase, capaz de realizar una amplia variedad de tareas y mantener conversaciones que parecían humanas. Muy pronto

cautivó la imaginación del público y se convirtió en la aplicación de *software* de consumo de más veloz crecimiento de la historia, alcanzando los 100 millones de usuarios en sus dos primeros meses.

Avancemos rápidamente hasta hoy. Más de la mitad de los adolescentes y adultos latinoamericanos afirma haber utilizado la IA, según encuestas de la consultora Bain & Company.

A pesar de esta adopción generalizada, la historia de la IA todavía está en desarrollo y la tecnología está lejos de ser perfecta. Pero aun así, puedes aprovechar en tu beneficio sus capacidades informáticas sin precedentes. Para interactuar de forma segura, eficaz y creativa, es importante comprender con qué estás trabajando. A continuación, te presento lo que necesitas saber.

PRIMERO: ¿QUÉ ES LA IA?

La IA es una tecnología que permite a las computadoras y a las máquinas realizar tareas complejas que suelen asociarse con la inteligencia humana, como el aprendizaje y la resolución de problemas. Cuando la gente

habla hoy en día de IA, suele referirse a la IA generativa, que puede crear textos, imágenes, videos y código informático.

Más concretamente, a menudo se refiere a los *chatbots* y asistentes de IA y otros sistemas de IA conversacional que funcionan con “grandes modelos de lenguaje”, un sofisticado *software* entrenado con enormes cantidades de datos del lenguaje humano. Estos sistemas van desde herramientas de uso general, como ChatGPT y Claude, hasta personajes especializados y “agentes” creados para interacciones específicas.

Si alguna vez te has comunicado con Alexa o Siri, entonces has usado algo similar. Los *chatbots* como ChatGPT de OpenAI, Gemini de Google y Claude de Anthropic también pueden actuar como asistentes, pero se basan en sistemas de IA más nuevos y son capaces de realizar tareas mucho más variadas y complejas. Además, no se limitan al modo de voz: puedes escribirles, enviarles documentos y pedirles que revisen fotografías.

Los sistemas de IA funcionan esencialmente como gigantescas

máquinas de predicción que analizan patrones. Para crear las impresionantes capacidades lingüísticas de los *chatbots* de IA, los científicos e ingenieros han introducido prácticamente todo el texto de Internet en un tipo de sistema informático diseñado para identificar patrones predecibles en el lenguaje humano.

Cuando le pides a un *chatbot* que haga algo (lo que también se denomina “dar una indicación” o *prompt*), este recurre a los datos y patrones originales de sus conjuntos de datos para predecir qué palabras se asocian con mayor frecuencia a tu solicitud, y utiliza esa información para dar una respuesta. No es que sepa cosas, pero es muy bueno para adivinar e imitar la forma de hablar de los humanos.

Ha habido un intenso debate dentro de la comunidad científica sobre si debemos categorizar lo que hace la IA como “pensamiento”. Las investigaciones han demostrado que los *chatbots* de IA muestran comportamientos similares al pensamiento o al juicio, por ejemplo, cuando te ofrecen ayuda o sugerencias proactivas (antes de que se las

ChatGPT

Weekly Workout Plan

Monday – Lower Body Strength (Glutes & Legs)

Warm-up

- Brisk walk or bike
- Dynamic lunges
- Leg swings
- Bodyweight squats

Workout

1. Squats or Goblet Squats – 3 x 8–10
2. Romanian Deadlifts – 3 x 8–10
3. Walking Lunges – 3 x 10/leg
4. Hip Thrusts or Glute Bridges – 3 x 12
5. Calf Raises – 3 x 15
6. Plank – 3 x 30–45 seconds

Optional: 10-minute incline walk finisher

Tuesday – Cardio + Core

Cardio (choose one, 30–40 minutes)

•Jogging or brisk walk

pidas explícitamente), relacionadas con lo que creen que querrías hacer (o escuchar) a continuación. Pero, si bien sabemos cómo funcionan los modelos de IA en términos generales, actualmente no podemos rastrear las decisiones internas que toman para llegar a cada respuesta específica.

“Las preguntas [sobre la conciencia] son muy difíciles”, dice Vincent Conitzer, profesor de Informática y Filosofía en las universidades de Oxford y Carnegie Mellon. “Tenemos que avanzar en ellas si queremos comprender realmente en qué sentido podemos decir que la IA piensa”. Pero se puede afirmar con seguridad que, en este momento, la IA no es como la superinteligencia sensible que se ve en las películas.

¿QUÉ SE PUEDE HACER CON LA IA?

Las posibilidades son infinitas. He oído hablar de personas que la utilizan para crear un libro ilustrado para sus hijos, diseñar un plan de entrenamiento e incluso ponerle nombre a un cachorro. Una persona me contó que subió fotos de sus pies y el *chatbot*

analizó su arco y el desgaste de sus zapatos para recomendarle las zapatillas de correr que mejor se adaptaban a ella.

Otra persona se refirió a la IA como su jefa de personal particu-

LA IA TE PUEDE AYUDAR A NOMBRAR UN CACHORRO O PLANIFICAR COMIDAS.

lar. Al final del día, abre Claude y le cuenta todas sus preocupaciones, tareas pendientes y cosas diversas que le rondan por la cabeza. Claude lo organiza en pasos y crea su agenda para la semana.

En general, las herramientas de IA pueden ser increíblemente útiles para sintetizar grandes cantidades de datos con velocidad, desglosar temas complejos de forma sencilla y extraer temas clave de un texto (como resumir un denso artículo de investigación o dar sentido a tus propias notas dispersas).

Estas herramientas también pueden funcionar con imágenes y videos; por ejemplo, al armar muebles, he subido fotos de las

piezas y las instrucciones para que la IA me ayude a entender un paso confuso.

Pero una de las formas más populares de utilizar la IA es como acompañante para el pensamiento creativo. Los *chatbots* de IA pueden ayudarte a generar ideas y actuarán como caja de resonancia para intercambiar puntos, ya sea que quieras diseñar un jardín, mejorar tu currículum, escribir un guion o elaborar estrategias de *marketing* para tu pequeña empresa. He entrevistado a innumerables ejecutivos y líderes tecnológicos que han dado prioridad a averiguar cómo la IA puede servirles mejor, y casi todos la usan de esta manera, invitándola a ofrecer comentarios o a encontrar fallos en su lógica.

Personalmente, he encontrado muchas ventajas en la cocina. ChatGPT suma instantáneamente las tediosas fracciones de las recetas, y Claude me ayudó a resolver una de mis mayores cargas diarias: el tedio que me produce planificar las comidas. Le expliqué mi horario semanal, mis preferencias alimentarias y lo que funcionaba y lo que no funcionaba de mis métodos

actuales, e ideamos una estructura que me ha ahorrado mucho tiempo y ha supuesto una diferencia significativa en mi vida.

CONSEJOS PARA UTILIZAR LA IA

¿Cómo decidir qué *chatbot* o plataforma utilizar? Actualmente, no hay uno “mejor”, aunque cada persona que utiliza la IA tiene sus preferencias. Las empresas tecnológicas constantemente lanzan nuevas versiones de sus productos, pero al momento de escribir este artículo, los nuevos productos suelen hacer lo mismo y funcionan más o menos igual de bien. En general, es buena idea experimentar y probar diferentes plataformas. O haz la misma solicitud a diferentes *chatbots* para ver cómo responde cada uno.

Cuando trabajes con IA, usa *prompts* (indicaciones) muy específicos. Las herramientas de IA tienden a rellenar los huecos de información, lo que puede llevarlas fácilmente a ofrecerte un resultado que no se ajusta a lo que buscas. “Piensa en lo que quieres que la IA adivine y lo que necesitas especificar”, sugiere Eren Celebi, responsable de IA



e ingeniero principal de la empresa de publicidad WPP.

La respuesta que obtengas solo será tan buena como el *prompt* que des. Piensa en el nivel de detalle que deseas y si quieres una respuesta en un formato específico (como un gráfico, una lista con viñetas o un correo electrónico de 200 palabras). También es útil dividir las solicitudes complejas en pasos más pequeños.

Por ejemplo, en lugar de darle a la IA una indicación general como “Ayúdame a crear una empresa”, primero dale contexto sobre quién eres y qué tipo de empresa deseas crear.

A continuación, pídele que te ayude a investigar el mercado y a desarrollar un plan de negocio. Las herramientas de IA tienen capacidad de memoria, por lo que puedes mantener una conversación continua sobre un tema, profundizando con cada intercambio, a diferencia de lo que ocurre cuando haces una búsqueda en Internet..

Con la IA, el contexto lo es todo. Si quieres ayuda para escribir un correo electrónico difícil a un compañero de trabajo, asegúrate de explicar primero la situación, la dinámica de la relación, las vías que ya has probado,

el tono que quieres utilizar y el resultado que esperas obtener.

CON QUÉ DEBEMOS TENER CUIDADO

Según un análisis de la revista *Harvard Business Review*, la terapia y la compañía son las principales formas en que la gente utiliza la IA generativa, pero algunas personas desarrollan dependencias emocionales que las alejan de sus vidas reales. Una investigación de OpenAI y el Massachusetts Institute of Technology (MIT) que analizó ChatGPT descubrió que este tipo de resultados perjudiciales pueden derivarse de sesiones de chat más largas, y que el uso diario intensivo se correlacionaba con un aumento de la soledad. Trágicamente, varios suicidios se han relacionado con el uso del chat de IA, lo que ha dado lugar a demandas contra empresas como OpenAI, Character.AI y Google.

Otro tema: las herramientas de IA tampoco son totalmente fiables en términos de precisión. Se sabe que suelen inventar información y presentarla con seguridad como un hecho, un fenómeno que a menudo se

denomina “alucinación”. Por lo tanto, no se debe depender de ellas para cuestiones cruciales como el asesoramiento jurídico o de salud. Puedes pedirle a un *chatbot* que utilice fuentes verificadas o científicas y que comparta los enlaces de todos los artículos a los que hace referencia, pero la única forma de garantizar la precisión es verificar la información por tu cuenta.

Los *chatbots* también suelen carecer de la información más actualizada. Si utilizas la IA para planear unas vacaciones, sin duda puede sugerirte las principales atracciones, pero es posible que se le escapen detalles cruciales (como que el museo que tienes muchas ganas de visitar está cerrado temporalmente).

En lo que respecta a la confianza, también es fundamental recordar que los *chatbots* de IA son creados por empresas que rivalizan ferozmente entre sí en un mercado competitivo. “Confía en la IA tanto como confiarías en un vendedor de autos”, afirma Celebi. “Claro, están ahí para darte un servicio, pero la IA no trabaja para ti. Trabaja para un gigante tecnológico”.

En relación con esto, es importante tener en cuenta los riesgos para la privacidad de tus datos. Si compartes información personal y pensamientos privados con herramientas de IA, debes saber que la protección de tu información está lejos de estar garantizada. El año pasado, OpenAI experimentó

LAS HERRAMIENTAS DE IA PERMITEN A CUALQUIERA CREAR IMÁGENES Y VIDEOS.

con la posibilidad de que los registros de las conversaciones que tuvieron los consultantes en línea fueran detectables en las búsquedas de Google, sin que los usuarios lo supieran.

La empresa también lanzó una función de salud a principios de este año, pero, según informó la revista *Time*, los servicios que presta no están sujetos a ninguna ley de protección de expedientes médicos. Estados Unidos aún carece del tipo de leyes de protección de datos que se han convertido en algo habitual en todo

el mundo y, como todo lo que se encuentra en Internet, los *chatbots* corren el riesgo de sufrir *hackeos* y violaciones de datos.

Por otro lado, las imágenes y los videos generados por IA son cada vez más comunes en Internet. Las herramientas actuales permiten a cualquiera crear imágenes y videos tan realistas que a menudo ya no es posible distinguir lo que es real de lo que es IA.

La mayoría del contenido generado por IA es inofensivo, aunque parte



de este es de baja calidad, poco elaborado y de gran volumen. Y cada vez se crea más contenido para difundir información falsa y engañar a la gente sobre los temas de actualidad. Por eso, es importante que te guíes por un fuerte sentido del escepticismo al analizar los medios de comunicación en tus redes sociales.

¿QUÉ NOS DEPARA EL FUTURO?

Las empresas tecnológicas trabajan fervientemente para desarrollar agentes de IA, es decir, sistemas de *software* que pueden actuar en tu nombre, a veces de forma autónoma. En lugar de limitarte a utilizarla para ayudarte a planear tus próximas vacaciones, imagina que la IA lo hace por sí sola, incluso utilizando tu tarjeta de crédito para reservarte el vuelo y el hotel.

Los futuros agentes de IA podrían llevar el papel de jefe de personal al siguiente nivel, manejando tus correos electrónicos, programando reuniones, añadiéndolas a tu calendario y configurando recordatorios. Esto tiene el potencial de crear el auténtico asistente de IA que

ha sido un elemento básico de la ciencia ficción durante décadas.

Sin embargo, en el sector tecnológico existe la opinión generalizada de que nadie puede predecir con certeza cómo evolucionará la IA. Lo más importante es saber que nada relacionado con esta es inevitable. La creamos los seres humanos y somos nosotros quienes decidimos si la utilizamos, confiamos en ella y la regulamos.

En resumen: familiarizarte con la IA es el primer paso para ayudar a definir el papel que desempeña en nuestras vidas. Aunque llevo una década siguiendo los avances en este campo, no soy una superusuario, y tú tampoco tienes por qué serlo. Para explorar la IA empiezo poco a poco, y este es mi consejo final: busca dónde puede simplificar tareas complejas o mundanas o ayudarte a mejorar tu creatividad.

Continúa mostrando escepticismo con respecto a cómo te ayuda realmente la IA y en qué casos introduce demasiado riesgo. Y piensa en lo que realmente te gusta hacer y no quieres delegar a las herramientas de IA. Tú estás al mando. ♦



Joseph Coates (izq.) le debe la vida al modelo de IA creado por el Dr. David Fajgenbaum (der.) y su equipo.



ASÍ SALVA VIDAS LA IA

La inteligencia artificial puede encontrar nuevos usos para los medicamentos existentes, lo que ayuda a tratar enfermedades raras, incluida la que casi mata a Joseph Coates.

Kate Morgan

TOMADO DE *THE NEW YORK TIMES*

HACE POCO MÁS DE dos años, a Joseph Coates le dijeron que solo quedaba una cosa por decidir. ¿Quería morir en casa o en el hospital?

Coates, quien entonces tenía 37 años y vivía en Renton, Washington, apenas estaba consciente. Durante meses había luchado contra una rara enfermedad sanguínea llamada síndrome de

POEMS, que lo había dejado con las manos y los pies entumecidos, el corazón agrandado y falla renal. Cada pocos días, los médicos tenían que drenarle litros de líquido del abdomen. Estaba demasiado enfermo como para recibir un trasplante de células madre, uno de los únicos tratamientos que podrían haberlo puesto en remisión.

“Me rendí”, dice Coates. “Pensé que el final era inevitable”.

Pero su novia, Tara Theobald, no estaba dispuesta a darse por vencida. Envío un correo electrónico pidiendo ayuda al Dr. David Fajgenbaum, investigador en Inmunología de Filadelfia, a quien la pareja había conocido un año antes en una cumbre sobre enfermedades raras.

A la mañana siguiente, el experto sugirió una combinación poco convencional de quimioterapia, inmunoterapia y esteroides que no se había probado anteriormente como tratamiento para la enfermedad de Coates.

En una semana, Coates estaba respondiendo al tratamiento. En cuatro meses, estaba lo suficientemente sano como para someterse a un trasplante de células madre. Hoy está en remisión.

El régimen farmacológico que le salvó la vida no fue ideado por el médico ni por ninguna otra persona. Fue propuesto por un modelo de inteligencia artificial.

En laboratorios de todo el mundo, los científicos están utilizando la IA para buscar entre los fármacos existentes tratamientos que puedan funcionar

para enfermedades raras. La reutilización de medicamentos, como se le denomina, no es nueva, pero el uso del aprendizaje automático está acelerando el proceso y podría ampliar las posibilidades de tratamiento para las personas con enfermedades raras y pocas opciones.

Gracias a las versiones de la tecnología desarrolladas por el equipo de Fajgenbaum en la Universidad de Pensilvania y en otros lugares, los fármacos se están reutilizando rápidamente para tratar afecciones como tipos de cáncer raros y agresivos, trastornos inflamatorios mortales y afecciones neurológicas complejas. Y, a menudo, están funcionando.

El puñado de casos de éxito que se han registrado hasta ahora han llevado a los investigadores a plantearse la siguiente pregunta: ¿cuántas otras curas se esconden a plena vista?

Existe un “tesoro de medicamentos que podrían utilizarse para muchas otras enfermedades. Simplemente, no teníamos una forma sistemática de verlo”, afirma el Dr. Donald C. Lo, director científico de Remedi4All, un

grupo dedicado a la reutilización de medicamentos. “En esencia, es casi una tontería no intentarlo, porque estos fármacos ya están aprobados. Ya se pueden comprar en la farmacia”.

Los Institutos Nacionales de Salud de EE. UU. definen las enfermedades raras como aquellas que afectan a menos de 200,000 personas en ese país. No obstante, existen miles de enfermedades raras que, en conjunto, afectan a cientos de millones de personas en todo el mundo.

Sin embargo, más de 90% de las enfermedades raras no tienen tratamientos aprobados, y las grandes farmacéuticas no

dedican muchos recursos a encontrarlos. Normalmente, no se gana mucho dinero al desarrollar un nuevo fármaco para un número reducido de pacientes, afirma la Dra. Christine Colvis, responsable de los programas de colaboración para el desarrollo de fármacos del Centro Nacional para el Avance de las Ciencias Traslacionales de EE. UU.

Eso es lo que hace que la reutilización de fármacos sea una alternativa tan atractiva para encontrar tratamientos para las enfermedades raras, afirma Marinka Zitnik, profesora adjunta de la Facultad de Medicina de Harvard, quien estudia las

En su momento, Fajgenbaum encontró la cura para la enfermedad que lo aquejaba.

2015 & 01



aplicaciones de la informática en la investigación médica. El laboratorio de Zitnik en Harvard ha creado otro modelo de IA para la reutilización de medicamentos.

“Otras técnicas de descubrimiento en laboratorio ya han puesto de relieve la reutilización de fármacos”, afirma Lo. “La IA solo le da un gran empujón”.

ENCONTRAR PISTAS EN INVESTIGACIONES PASADAS

La reutilización es bastante común en los productos farmacéuticos. El minoxidil, desarrollado para la presión arterial, se ha reutilizado para tratar la caída del cabello. El Viagra, creado originalmente para tratar una afección cardíaca, ahora se utiliza como medicamento para la disfunción eréctil. La semaglutida, un fármaco para la diabetes, se ha hecho famosa por su capacidad para ayudar a las personas a bajar de peso.

La primera vez que Fajgenbaum reutilizó un medicamento fue en un intento por salvar su propia vida. A los 25 años, mientras estudiaba medicina, le diagnosticaron un subtipo raro de un trastorno llamado enfermedad

de Castleman, que le provocó una reacción del sistema inmunitario que lo llevó a la unidad de cuidados intensivos.

No hay una única forma de tratar la enfermedad de Castleman, y algunas personas no responden a ninguno de los tratamientos disponibles. Fajgenbaum era una de ellas. Entre hospitalizaciones y ciclos de quimioterapia que le ayudaban temporalmente, pasó semanas realizando análisis de sangre, estudiando detenidamente la literatura médica y probando tratamientos poco convencionales.

“Me di cuenta de que no tenía millones de dólares ni diez años para crear un nuevo medicamento desde cero”, afirma.

El fármaco que salvó la vida de Fajgenbaum fue un medicamento genérico llamado sirolimus, que se suele administrar a los receptores de donaciones de riñón para prevenir el rechazo. El fármaco le ha mantenido la enfermedad de Castleman en remisión por más de una década.

Fajgenbaum pasó a ser profesor en la Universidad de Pensilvania y comenzó a buscar otros medicamentos con usos

desconocidos. Se dio cuenta de que las investigaciones existentes estaban llenas de pistas pasadas por alto sobre posibles vínculos entre los fármacos y las enfermedades que podían tratar, afirma. “Si solo aparecen en la literatura publicada, ¿no debería haber alguien buscándolos a todas horas, todos los días?”

Su laboratorio obtuvo algunos éxitos iniciales, como el hallazgo de que un nuevo medicamento contra el cáncer ayudaba a otro paciente con enfermedad de Castleman. Pero el proceso era laborioso, pues el equipo debía examinar “un fármaco y una enfermedad a la vez”, explica. Así

que decidió que tenía que acelerar el proyecto. En 2022, él y dos colegas suyos crearon una organización sin fines de lucro llamada Every Cure, con la meta de usar el aprendizaje automático para comparar miles de fármacos y enfermedades a la vez. En las universidades de Penn State y Stanford, así como en laboratorios de todo el mundo, incluidos Japón y China, se lleva a cabo un trabajo similar al de Every Cure.

En Birmingham, Alabama, un modelo de IA sugirió que un paciente de 19 años debilitado por vómitos crónicos probara el alcohol isopropílico inhalado por la nariz.



La reutilización de medicamentos no es nueva, pero el aprendizaje automático le imprimió velocidad.

“Hicimos una consulta que decía: ‘Muéstranos todos los tratamientos propuestos que ha habido en la historia de la medicina para las náuseas’”, dice el Dr. Matt Might, profesor de la Universidad de Alabama en Birmingham, quien dirige el instituto que desarrolló el modelo.

El alcohol “apareció en lo más alto de nuestra lista”, dice Might, y “funcionó al instante”.

El modelo desarrollado por el instituto de Might también ha predicho con éxito otros tratamientos: las anfetaminas que se utilizan habitualmente para tratar el TDAH aliviaron la parálisis periódica en niños con un trastorno genético raro. Un medicamento para el Parkinson ayudó a pacientes con una afección neurológica a moverse y hablar. Un fármaco común para la presión arterial llamado guanfacina mejoró de manera considerable los tics motores y vocales en un paciente pediátrico con síndrome de Tourette.

Numerosos medicamentos tienen más de una función, afirma Might. Sus características adicionales a veces se clasifican como efectos secundarios. “Si se

analizan suficientes medicamentos, al final se encuentra el efecto secundario que se busca”, afirma, “y entonces ese se convierte en el efecto principal”.

En Filadelfia, la plataforma de Fajgenbaum compara los aproximadamente 4,000 medicamentos aprobados por la FDA con las cerca de 18,500 enfermedades que existen en el mundo. Para cada enfermedad, los fármacos

A VECES, EL EFECTO SECUNDARIO SE VUELVE EL EFECTO PRINCIPAL.

obtienen una puntuación basada en la probabilidad de eficacia. Una vez realizadas las predicciones, un equipo de investigadores las examina minuciosamente con el fin de encontrar ideas prometedoras; a continuación, realiza pruebas de laboratorio o se pone en contacto con médicos dispuestos a probar los fármacos en pacientes.

En otros lugares, las empresas farmacéuticas están utilizando la

IA para descubrir medicamentos completamente nuevos, una búsqueda que tiene el potencial de optimizar una empresa que ya vale miles de millones.

Pero es poco probable que la reutilización de medicamentos resulte lucrativa para ninguna de las partes. Muchas patentes de medicamentos caducan al cabo de dos décadas, lo que significa que las empresas farmacéuticas tienen pocos incentivos para buscar usos adicionales para ellos, afirma Aidan Hollis, doctor en Economía y profesor de la Universidad de Calgary, cuya investigación se centra en el comercio médico.

Una vez que un medicamento se convierte en uno de los miles de genéricos aprobados por la Administración de Alimentos y Medicamentos de EE. UU. (FDA, por sus siglas en inglés), suele enfrentarse a una dura competencia, lo que le baja el precio.

“Si se usa la IA para crear un nuevo fármaco, se puede ganar mucho dinero con él, pero si se utiliza para encontrar un nuevo uso para un fármaco antiguo y barato, nadie gana dinero con ello”, afirma Fajgenbaum.

Para financiar la iniciativa, Every Cure ha recibido más de 100 millones de dólares en compromisos del Proyecto Audacious de TED y de la Agencia de Proyectos de Investigación Avanzada para la Salud, parte del departamento de salud de EE. UU. dedicada a apoyar posibles avances en la investigación. Fajgenbaum dice que Every Cure utilizará el dinero, en parte, para financiar ensayos clínicos de medicamentos reutilizados.

“Este es un ejemplo de la IA que no debemos temer, sino que nos debe entusiasmar”, afirma el Dr. Grant W. Mitchell, cofundador de Every Cure y compañero de estudios de medicina del Dr. Fajgenbaum. “Esto va a ayudar a mucha gente”.

“ALGUIEN TENÍA QUE SER EL PRIMERO”

El Dr. Luke Chen se mostró escéptico cuando el modelo de Fajgenbaum sugirió que tratara a un paciente con enfermedad de Castleman utilizando adalimumab, un fármaco que se utiliza normalmente para tratar la artritis, la enfermedad de Crohn y la colitis ulcerosa.



Fajgenbaum se inspiró para encontrar medicamentos existentes que puedan tratar enfermedades raras.

“No creía que fuera a funcionar, porque es un medicamento bastante débil”, afirma Chen, hematólogo, oncólogo y profesor de la Universidad Dalhousie y la Universidad de Columbia Británica. Pero el paciente ya se había sometido a quimioterapia y a un trasplante de médula ósea, y había probado fármacos, incluido el que salvó la vida de Fajgenbaum. Nada había funcionado y el paciente estaba

por ingresar a un centro de cuidados paliativos.

“Básicamente, ya nos habíamos dado por vencidos, pero llamé una última vez a David [Fajgenbaum]”, explica el Dr. Chen.

Sin otras opciones, el Dr. Chen le administró adalimumab al paciente. En cuestión de semanas, este entró en remisión.

El caso recientemente fue objeto de un artículo publicado en la re-

vista *New England Journal of Medicine*.

Aun así, ningún modelo es infalible, afirma Zitnik. La IA a veces puede hacer predicciones “basadas en pruebas que no son lo suficientemente sólidas”.

La Dra. Colvis afirma que clasificar los posibles tratamientos según su probabilidad de éxito también puede resultar difícil. Estas cuestiones hacen que la supervisión médica sea crucial.

A veces, un médico determinará que una sugerencia de tratamiento es demasiado arriesgada como para probarla, afirma. “Pero luego hay casos en los que ven algo y dicen: ‘De acuerdo, esto parece razonable’”, añade.

Cuando Fajgenbaum le sugirió por primera vez a su colega, el Dr. Wayne Gao, hematólogo y oncólogo del estado de Washington, que probara un tratamiento novedoso en uno de sus pacientes, Gao se mostró dudoso.

El paciente era Joseph Coates, el hombre de Washington que parecía que entraría a un centro de cuidados paliativos, y la agresiva combinación de fármacos sugerida por el modelo de Fajgenbaum parecía “un poco descabellada”, afirma Gao. De hecho, le preocupaba que el tratamiento llegara a matar a Coates más rápidamente. Sin embargo, era un hombre joven y no había otros tratamientos que considerar. Por lo tanto, según Gao, “alguien tenía que ser el primero en intentarlo”.

Poco más de un año después de su roce con la muerte,



Gracias al plan del modelo de la IA, Coates ha recuperado por completo la salud.

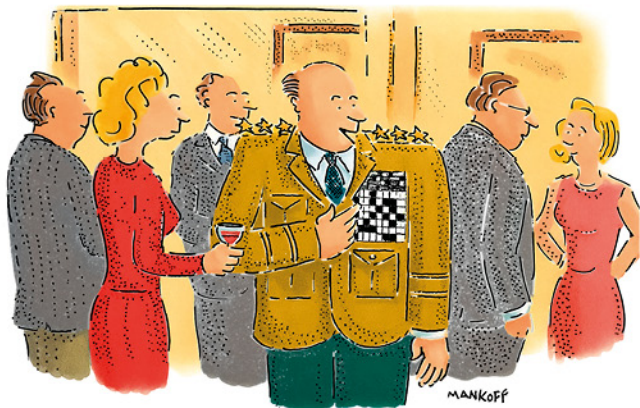
Coates y su novia visitaron a Fajgenbaum en Filadelfia para agradecerle su ayuda. El hombre sonreía y era la viva imagen de la salud. Además, había ganado músculo desde la última vez que vio al médico.

Coates se había torcido el tobillo esa mañana al hacer ejercicio. Pero, por lo demás, dijo, se sentía “perfectamente bien”.

© THE NEW YORK TIMES (20-III-2025),
COPYRIGHT © 2025 POR THE NEW YORK TIMES
COMPANY.

GAJES

DEL
oficio



“Y este es un crucigrama que estoy resolviendo”.

El bar donde solía trabajar se ubicaba en un barrio peligroso. Así que, cierta noche, cuando una camarera nueva tuvo que cerrar sola, no quiso dejar el dinero en la caja. Como nuestro jefe no le había dicho dónde guardarlo por la noche, ella metió el dinero en una bolsa y la escondió donde ningún ladrón pudiera encontrarla.

Preocupada por que los empleados del turno del siguiente

día tampoco lo encontraran, dejó esta nota en la caja registradora: “La bolsa de dinero está en la máquina de hielo”.

—ROBERT WOOD,
Estados Unidos

Mi vecino, un oficial de policía, detuvo un automóvil porque la conductora iba enviando mensajes de texto. Indignada, la mujer contestó: “¡Eso es falso! ¡No estaba mandando mensajes

Por fin contesté un correo electrónico que llevaba posponiendo varios días, y la persona me respondió enseguida. Ahora estoy como al principio.

—@SARAHROSEETTER

de texto! Solo revisaba mis redes sociales.

—MIKE AGUILAR,
Estados Unidos

Estas son algunas adulaciones pasivo-agresivas laborales compartidas en Reddit:

- “Es impresionante cómo logras mantenerte tan seguro de ti mismo”.
- “Sigues cumpliendo las expectativas”.
- “Daré a tu sugerencia toda la consideración que merece”.
- “Estoy seguro de que te esforzaste al máximo”.

Cierta vez estaba yo en una reunión laboral vía Zoom, cuando recibí un mensaje del anfitrión: “Aunque agradezco que permanezcas en silencio, podemos ver exactamente lo que piensas por tus expresiones faciales. Voy a pedirte que también desactives el video. Gracias”.

—@LAURAANNSTL

Tres figuras, un cuadro expuesto en un museo ruso en 2022, mostraba tres formas con rostros inexpresivos. Un guardia aburrido del museo supo esperar su momento. Con un bolígrafo, dibujó ojos en dos de las figuras. Fue, según CNET, su primer y último día de trabajo.

Hace poco me negaron un trabajo porque el hombre que me entrevistó dijo que yo utilizaba palabras falsas. Las palabras que usé fueron “pletórico” y “viable”.

—@MARYPOP

Acabo de darme cuenta de que “Permíteme ver mi agenda” es la versión para adultos de “Déjame preguntarle a mi mamá”.

—@NOELLE CHATHAM,
Estados Unidos

Publicaremos tu anécdota si nos hace reír. Más información EN LA PÁGINA 15.

¿Podría evitar la IA durante dos días enteros?

Spoiler: ¡resultó más difícil de lo que podrías imaginar!

A.J. Jacobs

TOMADO DE *THE NEW YORK TIMES*

CUANDO DECIDÍ VIVIR sin inteligencia artificial durante 48 horas, pensé que afectaría algunas partes de mi rutina. Sabía que no podría ver los documentales recomendados por el algoritmo de Netflix ni leer los correos electrónicos de *marketing* escritos por *bots*, por ejemplo. Eso podía soportarlo. Lo que no esperaba era que mi intento de evitar la IA afectara casi todos los aspectos de mi vida: lo que comía, lo que vestía, cómo me desplazaba.

Empecé este experimento con el objetivo de comprobar de

primera mano lo extendida que está la IA en nuestra vida cotidiana. Quería identificar toda la IA que se esconde a plena vista y descubrir cómo sería vivir sin ella. Pasaría dos días como el Tipo sin IA.

“¡Buena suerte!”, me dijo Jeff Wilser, presentador del *podcast* AI-Curious. “Solía decir que si querías evitar la IA, debías irte a vivir a las montañas a cuidar cabras. Ahora ni siquiera puedo decir eso, porque probablemente los pastores de cabras también la usan, de manera consciente o no. Para empezar, consultan el



clima, y hoy en día casi todas las predicciones meteorológicas se hacen con IA”.

Mientras investigaba sobre el tema, me encontré con opiniones muy contradictorias. ¿Está la IA sobrevalorada, es simplemente un corrector ortográfico glorificado, como insisten algunas personas? ¿O es el mayor descubrimiento desde el fuego, como afirman otras? ¿Nos está quitando nuestra libertad de elección al obligarnos a obedecer algoritmos sesgados? ¿O está mejorando nuestras vidas de mil pequeñas maneras, como argumentó Garrett Winther, director de producto de la empresa de capital de riesgo Newlab?

“La gente piensa que la IA da miedo”, me dijo Winther, “pero, en realidad, está mejorando nuestras vidas de formas que ni

siquiera notamos, permitiéndonos respirar mejor. Literalmente”. Citó un programa reciente del estado de Nueva York que utilizaba la tecnología para monitorear el aire en busca de anomalías, como fugas de metano.

ANTES DE INICIAR mi experimento un lunes cualquiera de octubre, tuve que responder a una pregunta fundamental: ¿cómo debía definir la IA?

Muchas personas asocian el término con la IA generativa, que irrumpió en escena en 2022. Es la tecnología que produce trabajos universitarios a destajo y crea imágenes de clientes sonrientes para anuncios de gaseosas.

Pero el término IA también abarca otros tipos de programas capaces de aprender y evolucionar, incluido el aprendizaje automático, que se ha generalizado desde la década de 2000. Un programa de aprendizaje automático se actualiza a sí mismo o sus predicciones basándose en nuevos datos. Cuando la aplicación de navegación Waze encuentra un atajo, puedes agradecérselo al aprendizaje automático.



Para estar libre de IA, decidí que evitaría tanto la IA generativa como el aprendizaje automático. Sería un purista.

EL COMIENZO

Todavía en la cama de mi apartamento en Nueva York, tomé por reflejo mi iPhone para sostenerlo delante de mi cara y desbloquear la pantalla. Pero no. El reconocimiento facial funciona con IA. Tecleé mi contraseña como si estuviéramos en 2017.

¿Qué podía hacer con mi teléfono ahora que estaba desbloqueado? No mucho. Sin Facebook, sin Instagram: las redes sociales están determinadas por la IA y plagadas de anuncios generados por ella. ¿Qué tal un *podcast*? No. Muchos *podcasts* utilizan programas de edición con IA para eliminar los carraspeos y los silencios incómodos.

¿Debería consultar las noticias? Según un informe de la Associated Press de 2024, 70 % de los periodistas afirmaron que sus organizaciones usaban herramientas de IA generativa para

la investigación u otros fines. Me aislaría de los temas de actualidad, lo que sería una ventaja.

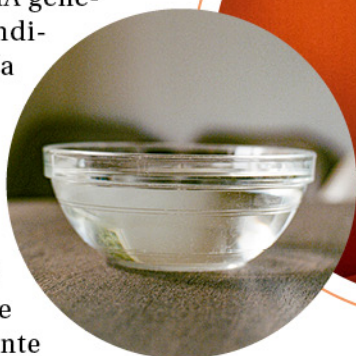
Consultar mi correo electrónico tampoco era una opción. Gmail utiliza el aprendizaje automático para eliminar el spam. Guardé mi iPhone en un cajón.

En la cocina, mi esposa, Julie, encendió las luces. Yo las apagué.

“¿Me estás tomando el pelo?”, preguntó.

“La red eléctrica utiliza el aprendizaje automático para predecir dónde habrá demanda”, le expliqué.

Sin embargo, le dije a Julie que no había motivo para preocuparse: me había preparado para esta eventualidad comprando un generador de energía solar



portátil. Enchufé una lámpara e iluminé la cocina con orgullo.

Cepillarme los dientes sería más complicado, al menos si quería usar agua. El sistema de depósitos de agua de la Ciudad de Nueva York cuenta con una herramienta que recopila datos de una red de sensores y los combina con datos históricos. Los científicos e ingenieros utilizan esos datos para anticipar la demanda y tomar decisiones sobre la reparación de las infraestructuras.

Pero yo estaba listo para mi sequía autoimpuesta. Como esas personas que se preparan para el fin del mundo, había estado recolectando agua de lluvia. Lo sé, es un tanto ridículo. Sin embargo, lo absurdo me ayudó a observar el mundo con nuevos ojos. Hallaba IA por todas partes, como si tuviera una lámpara ultravioleta que revelara todos los gérmenes que nos resultan invisibles.

EL HECHO ES que casi todos los objetos de nuestra vida se ven afectados por la IA generativa y el aprendizaje automático, ya sea en su diseño, fabricación, comercialización o envío. La cuestión

ya no es si estas nuevas tecnologías afectan algo, sino en qué medida lo hacen.

Decidí puntuar todo lo que hay en mi vida en una escala del 1 al 10. Si algo debe su existencia casi por completo a la IA o al aprendizaje automático, como los correos electrónicos no deseados que saturan mi bandeja de entrada, le doy un 10.

¿Y el árbol que hay fuera de mi ventana? El Departamento de Parques y Recreación de Nueva York usa autos equipados con escáneres visuales para realizar un censo de árboles impulsado por IA, que realiza un seguimiento del estado de salud de los más de 600,000 árboles que hay en las aceras de la ciudad. Así que el arce de mi barrio se ha visto afectado por la IA, pero solo de forma tangencial. Obtiene una puntuación de 1 sobre 10. Puedo descansar a su sombra con solo un poco de culpa.

INTERCAMBIO DE ALIMENTOS

Mis reuniones de negocios suelen realizarse a través de Zoom, que utiliza la IA para la supresión del ruido, entre otras cosas. Por

eso me alegré de recibir una invitación para reunirme con otros tres autores de no ficción en un restaurante del centro.

¿Qué ponerme? Desde luego, no mis pantalones de H&M, que obtuvieron una puntuación de 4 en mi clasificación. Al igual que muchos grandes minoristas de ropa, esta marca utiliza el aprendizaje automático para optimizar las rutas de envío, y sus diseñadores han experimentado con herramientas de IA. Para ir sobre seguro, saqué un conjunto de la era pre-IA: una camisa floral de colores vivos y unos pantalones a cuadros que había heredado de mi abuelo, que en los años 70 pasó por una fase Austin Powers. No era mi conjunto habitual discreto y me ponía nervioso.

“En realidad, es el atuendo más *cool* que has usado desde que nos casamos”, dijo Julie.

Normalmente consulto el clima en mi teléfono antes de salir de casa. Pero las aplicaciones meteorológicas utilizan datos de aprendizaje automático. Así que recurrí a una aplicación a la antigua usanza: asomar la mano por la ventana. Hacía unos 24 grados Celsius, así que



no necesitaba chaqueta, aunque me llevé un paraguas, pues no sabía si llovería.

“Si sales, ¿podrías sacar la basura?”, me pidió Julie.

Tristemente, no podía hacerlo. Para estar seguro, tenía que evitar el contacto con el sistema de saneamiento, que utiliza el aprendizaje automático para optimizar las rutas de los camiones de basura y robots con IA para clasificar los residuos.

¿Cómo iba a llegar al restaurante? Uber y Lyft estaban prohibidos, ya que utilizan IA para fijar los precios, la demanda y la programación. ¿Y llamar a un taxi? Tampoco. Los fabricantes de automóviles utilizan IA para diseñar piezas, y más de la mitad de

los autos modernos vienen equipados con funciones de aprendizaje automático, como los sensores que te avisan cuando te has desviado a otro carril.

Consideré el metro. La Autoridad Metropolitana de Transporte utiliza *software* con IA para controlar los patrones de evasión de tarifas. Así que el metro recibió un 2 en mi escala. No está mal, pero una opción más segura podría ser la bicicleta, aunque no una de alquiler de Citi Bike, que utiliza el aprendizaje automático para predecir la demanda y determinar la ubicación de sus bicicletas. En su lugar, pedí prestada la bicicleta de mi hijo.

Por desgracia, era probable que cometiera varias infracciones durante mi recorrido. El Departamento de Transporte de Nueva York usa el aprendizaje automático para analizar el tráfico y el flujo de peatones. Aun así, pedaleé hacia el centro de la ciudad y me detuve en una esquina para examinar un mapa plegable. Sí, ¡todavía se pueden comprar mapas en papel! Lo cual era una ventaja, ya que no podía consultar Waze ni Google Maps, que utilizan el aprendizaje

automático para precisar tu ubicación y actualizar tu ruta.

Desdoblé el mapa, luchando contra las ráfagas de viento mientras trataba de averiguar qué avenidas tenían carriles para bicicletas. Por reflejo, utilicé el pulgar y el índice para ampliar la Sexta Avenida. Bueno, casi. Me detuve en el último momento. De todos modos, el mapa no tenía esa información. Al no poder volver a doblarlo correctamente, terminé metiéndolo en mi bolso. Finalmente, llegué a mi destino, el restaurante Hole in the Wall.

“Gracias por organizar el almuerzo”, le susurré al autor Jonathan Goodman.

“¿Por qué susurras?”, preguntó. Le expliqué que estaba tratando de evitar interactuar con la IA y que había notado la presencia de un hombre cercano que llevaba AirPods. Los nuevos Apple AirPods Pro 3 incluyen una función de IA que traduce idiomas en tiempo real.

Durante el almuerzo, hablamos sobre el uso de la IA en el mundo editorial, incluidas sus impresionantes capacidades de edición. Dejé de susurrar y esperé lo mejor.

¿Cómo pagar mi comida? Las compañías de tarjetas de crédito utilizan la IA para detectar actividades fraudulentas, al igual que los cajeros automáticos.

“¿Aceptan oro?”, le pregunté al gerente. Se negó amablemente, argumentando que no conocía el tipo de cambio para el oro.

Pensé que el dinero en efectivo tenía una puntuación menor en la escala de la IA que las tarjetas de crédito, así que pagué con billetes de 20 dólares.

“Tomémonos una *selfie* antes de irnos”, dijo Goodman.

“No creo que deba”, respondí.

Las cámaras de los teléfonos inteligentes utilizan la IA para enfocar y ajustar la iluminación. Pero yo había venido preparado, con una cámara plegable Kodak *vintage* en mi bolso.

“Que todo el mundo se quede quieto durante 20 minutos”, bromó Goodman.

Tomé la foto. O, más bien, lo intenté. El obturador se había atascado.

De hecho, la comida del restaurante me

había valido varias infracciones. El sector restaurantero utiliza mucho la IA. Algunas granjas industriales recurren a ella para predecir las necesidades de agua y fertilizantes. Y los ingredientes de mi almuerzo habían sido transportados en camión y enviados por rutas optimizadas mediante IA. (Había pedido huevos revueltos, pensando que una comida con un solo ingrediente requería menos IA).

También estaba el hecho de que mis compañeros de almuerzo habían reservado nuestra mesa con la aplicación Resy, equipada con aprendizaje automático. Además, el grupo que administra el Hole in the Wall utiliza *software* mejorado con IA para la facturación, las nóminas y los pedidos de comida.

Para expiar mis pecados gastronómicos, decidí buscar mi próxima comida en Central Park.

Había visto un video de Steve Brill, un recolector conocido como Wildman, que lleva desde los años 80



recolectando alimentos en los parques de Nueva York. Recogí varias hierbas comestibles. En la cena, las probé. Sabían a la tierra de la que procedían. Borré el sabor con unos pimientos rojos que un amigo había conseguido en una granja ecológica.

Esa noche, me desplomé en la cama. Por suerte, mi colchón no era uno de esos “colchones inteligentes” que ajustan la firmeza y la temperatura con IA.

DEJAR EL ALGORITMO

Poco después de despertarme el segundo día, decidí que era hora de ver una película.

Una gran desventaja de la IA es que puede encasillarnos culturalmente. Los servicios de *streaming* nos empujan hacia los tipos de entretenimiento que ya conocemos. ¿Te gustó “Notting Hill”? ¡Aquí tienes otras dos comedias románticas de Julia Roberts!

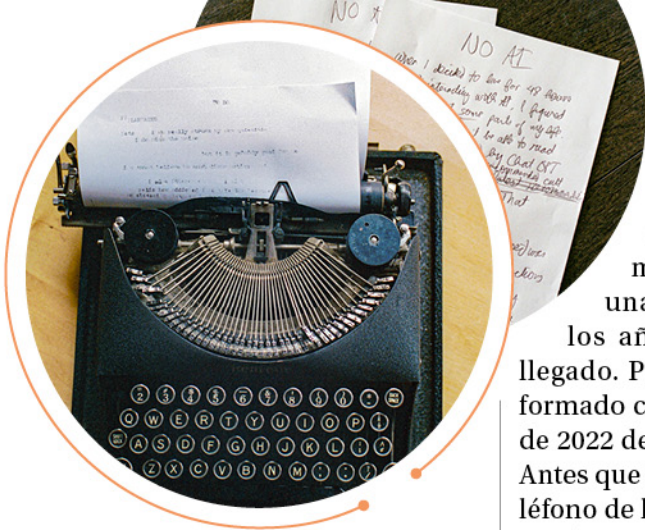
Sustituí el algoritmo de recomendaciones de Netflix por mi profesor de inglés de la escuela, un cinéfilo. Antes de mi experimento, le envié un correo electrónico para pedirle una sugerencia. Me respondió: “Actualmente estoy redescubriendo

a Robert Altman: *Brewster McCloud*... ¡guau!”.

Pedí esta película de 1970 y la vi en un reproductor de DVD portátil que habíamos descuidado durante dos décadas. *Brewster McCloud* era extraña y sorprendente, y me alegré de haber salido de mi burbuja de Netflix.

Mi siguiente tarea era pasear a nuestro perro. Antes de salir del apartamento, me puse mis gafas de sol antirreconocimiento facial. Las calles de Manhattan están vigiladas por miles de cámaras de seguridad, algunas operadas por el Departamento de Policía de la Ciudad de Nueva York y otras por empresas privadas. Tras un presunto delito, las autoridades pueden buscar las imágenes con un *software* de reconocimiento facial basado en la IA. Así que, con solo salir a pasear, me arriesgaba a interactuar con ella.

De ahí mis gafas de sol Ghost. Las había comprado en Reflectacles, una empresa dedicada a la protección de la privacidad. Las monturas blancas y las lentes tintadas de amarillo desafían a las cámaras de reconocimiento facial al bloquear la luz infrarroja que utilizan para



mapear nuestros rasgos. Disfruté de la sensación de pasar desapercibido.

“¡Hola, Elton!”, me saludó uno de mis vecinos.

De vuelta a casa, tuve que hacer una llamada telefónica, una tarea complicada, ya que el iPhone usa el aprendizaje automático para la supresión del ruido y la eficiencia energética.

Julie sacó un teléfono fijo, con cable rizado y todo, de un armario en el sótano. No era una solución perfecta, ya que la empresa de telefonía Verizon recurre a la IA para predecir los daños en sus líneas de fibra. Pero en mi escala de IA ocupaba un lugar inferior al de un *smartphone*.

Mi plan era encontrar a una persona real en el servicio de atención al cliente de eBay que hablara conmigo. Había comprado una bicicleta *vintage* de los años 90 que no había llegado. Por eso me había conformado con montar la bicicleta de 2022 de mi hijo el primer día. Antes que nada, necesitaba el teléfono de la sede de eBay. Llamé al número de informes.

“Ciudad y estado, por favor”, dijo una voz robótica.

“¿Puedo hablar con una persona?”, respondí.

Los programas de reconocimiento de voz obtuvieron una puntuación de 8 en mi escala: funcionan con programas de IA entrenados con millones de palabras habladas.

Unos instantes después, otra voz pronunció: “Ciudad y estado, por favor”.

“¿Es usted un ser humano?”, pregunté.

“Sí, lo soy”.

“¡Yo también!”.

Silencio. Pedí el número de eBay. Mientras el operador lo buscaba, le pregunté: “Por cierto,

¿qué tipo de personas siguen llamando a este número?”. Silencio. Entonces, una voz robótica me dio el número de eBay.

A partir de ahí, las cosas fueron de mal en peor. El sistema de eBay se negó rotundamente a conectarme con alguien que no fuera un robot.

Pasé las últimas horas de mi experimento intentando redactar este artículo. No podía usar mi MacBook Pro, ya que está repleto de funciones de aprendizaje automático. Me puse a trabajar con una máquina de escribir que había comprado unos días antes. Me encantaba el sonido de las teclas, pero la cinta se estaba quedando sin tinta.

Pasé a utilizar lápiz y papel, a pesar de mi preocupación por que los fabricantes de esas sencillas herramientas de escritura se encontraran entre el más de 50 % de los negocios que utilizan la IA en la contratación, según una encuesta de la empresa Resume Builders. Como mi caja de energía solar se había quedado sin batería, escribí a la luz de las velas. Resultó bastante relajante.

¿Cómo me siento en estas últimas horas? Un poco inquieto

por lo extendida que está la IA. Me gustaría que hubiera más transparencia. Me parece importante saber cuándo una imagen o un correo electrónico han sido generados por IA. Y me gustaría tener más control sobre los algoritmos que influyen en mi vida.

También tengo menos certeza sobre cómo será el mundo dentro de cinco años, pero estoy más seguro de que la IA estará cada vez más presente. “Estamos solo al comienzo de la era de la IA”, dijo Wilser, el presentador del *podcast* AI-Curious. En el espectro que va desde “la IA es un corrector ortográfico glorificado” hasta “la IA es más importante que el fuego”, el proyecto me ha inclinado ligeramente hacia lo segundo.

Si tuviera que escribir una secuela de esta historia dentro de cinco años, me resultaría aun más difícil. O, como dijo Jeff Crume, experto en ciberseguridad de IBM que realiza populares videos explicativos sobre la IA: “¿Te refieres a cuando ChatGPT escriba la secuela de este artículo dentro de cinco años?”.

Buena observación. 💎

© THE NEW YORK TIMES (28-III-2025),
COPYRIGHT © 2025 POR THE NEW YORK TIMES
COMPANY.

¡CELEBRA CON NOSOTROS!

GRAN PREMIO

Selecciones
READER S DIGEST

85
... años ...
1940-2025

ADQUIERE TUS BOLETOS

CARRERA NÚM. 8

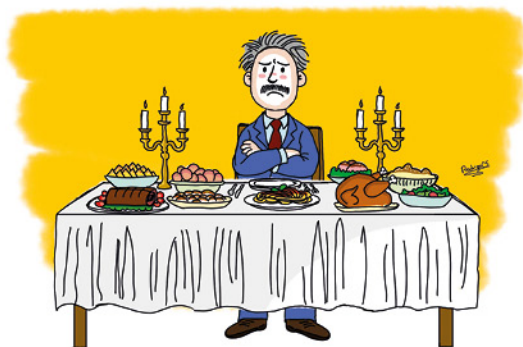
11 DE ABRIL DE 2026, 18:30 HRS

HIPÓDROMO DE LAS AMÉRICAS

HIPODROMO.COM.MX



istas.PeruRadio.net



Envejecer es, sencillamente, una lista interminable de alimentos que ya no puedes comer porque te hacen sentir mal al día siguiente.

—@RAMNIIKS

“No logró atraparme”. (Yo, hablando de un programa de televisión al que no presté atención porque estuve viendo mi teléfono todo el tiempo).

—REDDIT.COM

Mi colega del Instituto de Idiomas de la Defensa es una elegante mujer de mediana edad que nació y creció en Rusia. Como a muchas mujeres rusas, le gustan los abrigos de piel.

Un día, al salir de un edificio donde habíamos capacitado a un selecto grupo de lingüistas militares, unos desconocidos que pasaban por ahí notaron el abrigo de mi compañera y gritaron: “¿Qué pobre criatura tuvo que ser sacrificada para que tú pudieras tener ese abrigo de piel?”

Mi colega, imperturbable, respondió: “Mi suegra”.

—YEFIM M. BRODD,
Estados Unidos

Así es como supe que ya no estaba en mi plenitud:

- Tenía que desplazarme y desplazarme para encontrar mi año de nacimiento al llenar un formulario en línea.
- La década de los 90 no fue hace 10 años.
- Mi cuenta de Hotmail es más antigua que la mayoría de mis compañeros de trabajo.
- Cuando la gente dice “hace 30 años” se refiere a los años 90, no a los 60.
- Escucho canciones que eran populares cuando yo estaba en al bachillerato sonando en el supermercado.
- Mi hija cumplió 40 años.

—REDDIT.COM

Cuando transfiero dinero electrónicamente a mis hijos, me gusta hacer la pregunta de seguridad complicada, como: “¿Cuándo fue la última vez que lavaste los platos?”

—@KMACTWN

Cierta vez que estaba en el supermercado, el cajero dijo:

—El total de su compra es de 82.07 dólares.

—Me gustaría usar mis ocho

millones de puntos de recompensa para pagar la cuenta —respondí.

—De acuerdo, entonces serían 82.03 dólares.

—@DAVIDADT1

Nunca me di cuenta de la frecuencia con que servía sobrantes a mi familia hasta que mi hijo adolescente empezó a afirmar que mi especialidad culinaria era la “comida *deja vu*”.

—SUSAN MAGAW,
Estados Unidos

Soy escritora, y en una ocasión estaba investigando sobre cómo pueden aprender los niños de los insectos. Preguntándome a quién podría entrevistar para mi artículo, le comenté a mi esposo: “Necesito encontrar a un entomólogo”.

Él se limitó a sacudir la cabeza y decir: “¿Qué tienes ahora? Siempre vas al médico por una cosa o por otra”.

—JULIE ENGELHARDT
Estados Unidos

Publicaremos tu anécdota si nos hace reír. Más información EN LA PÁGINA 15.



ACTÍ

istas.PeruRadio.net



VATE A DIARIO

Es divertido redescubrir la
alegría que hay en un estilo
de vida activo.

TOMADO DE *GUÍA DE BIENESTAR*

istas.PeruRadio.net

TE ASEGURAMOS QUE se te ocurrirá un sinfín de formas de incorporar más actividad a tu día a día, ya sea jugando a la pelota con los niños en el patio, caminando en lugar de tumbarte en el sofá durante una llamada telefónica u ofreciéndote para sacar a pasear al perro. Este activo enfoque de la vida cotidiana resulta energizante y no debilitante, como sí lo es el estilo de vida sedentario.

APROVECHA LAS OPORTUNIDADES DIARIAS PARA MOVERTE

En casa, el trabajo y cualquier otro lugar existen decenas de momentos para mover el cuerpo en lugar de dejarlo quieto.

EN EL TRABAJO

Haz pausas energéticas

Cada media hora camina 5 minutos alrededor de la oficina o por el pasillo. Haz flexiones apoyando las manos en el escritorio. Realiza 10 elevaciones de piernas y después párate de puntillas 10 veces y estira los brazos 10 veces hacia el techo.

Consigue una nueva "silla"

Prueba sentarte sobre una pelota

para yoga o Pilates en vez de una silla giratoria, al menos por ratos. Verás que necesitarás utilizar los músculos del abdomen y de la espalda para ayudarte a mantener el equilibrio.

Vete por las escaleras

Subir tan solo dos tramos por día podría ayudarte a perder dos kilos en un año. Usar las escaleras durante 2 minutos cinco días a la semana quema tantas calorías como un paseo de 36 minutos.

Ten más tiempo cara a cara

En vez de enviar correos electrónicos, pasa a los escritorios de tus compañeros. Esto podría ahorrarte casi 5 kilos en 10 años.



FOTOS: ADOBE STOCK

Propón una reunión-caminata

Convoca a una caminata en lugar de una reunión en una sala de conferencias sin ventilación. Lo más probable es que tus ideas fluyan mejor y que forjes una mejor relación con tus colegas.

EN CASA

Cocina como lo hacían hace décadas

Pica las verduras a mano en lugar de usar un procesador de alimentos, bate los huevos con un tenedor o un globo, mezcla la masa para pasteles con un cucharón y no con la batidora, saca el abrelatas manual y lava y seca los platos a mano. Todo suma.

Deja tu auto pulcro

Lava el auto a mano. Ahorrarás dinero al no tener que ir al auto-lavado y quemarás hasta 280 calorías en una hora. Y ya que estás en eso, ¿por qué no también aspiras los asientos y alfombras y limpias las molduras de las puertas?

Corta el césped "a la antigüita"

Deja la podadora eléctrica en la cochera y toma tus tijeras para podar. Afila las cuchillas, aceita el mecanismo y ¡listo! Con el fin



de que tengas mayor comodidad, usa trozos de una alfombra vieja para amortiguar tus rodillas.

Practica la doble excavación

Los jardineros saben que la mejor forma de preparar las camas de hortalizas es con la doble excavación. ¿Qué es eso? Te explicamos: durante la primavera, cuando vayas a crear una nueva cama o remuevas la tierra de tu huerto, deja la excavadora eléctrica en el cobertizo y toma una pala afilada. Cava cada hilera dos veces: primero a la profundidad de una pala y la segunda a la profundidad de otra pala más. Rellena la hilera poniendo primero la tierra de la primera excavación y la de la segunda encima. Tendrás más tierra fértil en la parte

superior y más tierra esponjosa por debajo, de modo que las raíces puedan crecer fuertes y dar origen a plantas bellas y sanas.

Deshazte de los herbicidas

Sé amigable con la Madre Tierra (¡y también con tus músculos!): utiliza las manos para arrancar, desenterrar y cortar las malas hierbas. Ejercitarás los brazos y la espalda y les harás un favor a las generaciones futuras.

ELIGE LA DIVERSIÓN ACTIVA

En un día de campo, ¿estás junto a la comida o jugando fútbol con los niños? En el parque, ¿eres el padre o madre que lanza el *frisbee* y se trepa a las barras o el que se sienta en una banca con cara de aburrimiento? Te aseguramos que no tienes que estar en forma para salir a divertirte.

Juega con los niños

Las sesiones improvisadas de básquetbol, fútbol o atrapados (también conocido como “las traes” o “las chapadas”), o

simplemente saltar la cuerda o lanzar una pelota te ayudarán tanto a gastar energía como a dar un buen ejemplo de juego activo a los niños. Esto llega a quemar entre 80 y 137 calorías por cada 10 minutos que los realizas. Impresionante, ¿no?



Ve el ejercicio como una oportunidad para socializar

Aprovecha tus ganas de hacer más actividad física como motivación para inscribirte a clases de *chi kun*, un club de ciclismo o un curso de tango: algo

que siempre hayas querido hacer o que nunca pensaste que harías. Forjar nuevas amistades será una ventaja adicional y la oportunidad de verlas te servirá como motivación para asistir.

Vuélvelo un evento familiar

Opta por la diversión activa, como ir a parques temáticos, pistas de patinaje y piscinas.

Únete a un equipo deportivo

La mayoría de las comunidades

**CONVIVIR CON
LOS NIÑOS
PRACTICANDO
ACTIVIDADES AL
AIRE LIBRE LES
DA UNA GRAN
LECCIÓN.**





tienen equipos deportivos para atletas de todas las edades. Si quieres a un poco menos de intensidad, entrena a un equipo infantil u ofrécete como árbitro. Esto te mantendrá en actividad.

Prueba el yoga

Además de que reduce el estrés, las investigaciones indican que practicar yoga regularmente puede ayudar a bajar la glucosa, así como los kilos, la presión arterial y los niveles de colesterol.

Ve a los bolos en vez de salir por un helado

Quemarás 100 calorías en tan solo media hora. ¿Dices que hace décadas que no juegas?

Pide que pongan guías a los lados de la pista: tu puntuación mejorará y el juego será mucho más divertido.

Únete a un club de senderismo o descarga un mapa, lleva a una amistad y sal a explorar

Si te encanta pasear por la naturaleza, elige un parque, montaña, playa o lago que te quede cerca. Busca un mapa y revisa si debes pagar entrada. Considera también la posibilidad de interesarte por las aves; su observación es uno de los pasatiempos más populares gracias a la diversidad de colores, formas, cantos y cualidades de los pájaros que hay en nuestro continente. ♦

**CAMINAR EN LA
NATURALEZA
BRINDA
INFINIDAD DE
BENEFICIOS.**



Estas.Futuras.net



LA SELECCIÓN DE SELECCIONES

Las editoras

EL VIAJE

ALEMANIA 1974

JUGARON 16 SELECCIONES y se estrenó la que sigue siendo la copa actual, diseñada por el escultor italiano Silvio Gazzaniga, quien creó un trofeo de 5 kilogramos de oro de 18 quilates que representaba a dos futbolistas eufóricos a ambos lados de un balón. En cuanto a las participaciones, México no alcanzó a clasificar, y aunque los Países Bajos no ganaron la justa, fue la selección que más brilló. Para dar la nota, en esta ocasión se registró el primer caso de dopaje en un jugador de Haití, país que jugaba su primer mundial, junto con Alemania del Este,

LOS GLADIADORES LAMINE YAMAL

SELECCIÓN: ESPAÑA

CLUB: FOOTBALL
CLUB BARCELONA

POSICIÓN: DELANTERO

EDAD: 18 AÑOS

ESTATURA: 1.79 M

PARTICIPACIONES EN MUNDIAL:
PRIMERA



Con su estilo de juego (que ha sido llamado "callejero") ha superado ya las cifras de Messi y Cristiano cuando tenían su edad, lo cual es una hazaña impresionante. Esta muy joven promesa ha mostrado gran resiliencia ante el dolor, pues desde hace tiempo lo ha aquejado una lesión en la ingle.

Zaire y Australia. Ganó Alemania, venciendo 2-1 a los Países Bajos.

Argentina 1978

ESTA COPA SE VIO ensombrecida por la dictadura militar que se vivía en el país anfitrión. Por ese motivo, varias selecciones nacionales anunciaron públicamente que estaban considerando el boicot; al final, todas asistieron. Corrieron rumores constantes de partidos arreglados con la idea de legitimar el régimen, pero al final nada se comprobó y la junta militar se anotó una victoria, pues la selección argentina ganó su primer mundial, venciendo 3-1 a los Países Bajos.

España 1982

PARTICIPARON 24 selecciones nacionales y por primera vez se nombraron cabezas de serie: Alemania, Brasil, Argentina, Italia, España e Inglaterra. El sorteo de grupos fue caótico por cuestiones de organización y problemas técnicos. Italia venció a Alemania 3-2 para quedarse con la copa. Si bien Argentina no brilló, este fue el primer mundial de Diego Armando Maradona, quien cambiaría la historia del deporte. ♦

EL TEMPLO UZBEKISTÁN



CAPITAL: TASKENT

POBLACIÓN: 36.36 MILLONES

RANKING FIFA: 50

PARTICIPACIONES EN MUNDIAL:
PRIMERA

CONFEDERACIÓN: AFC

MEJOR JUGADOR: ELDOR SHOMURODOV

DIRECTOR TÉCNICO: FABIO CANNAVARO

SEUDÓNIMO: OQ BO'RILAR (LOBOS BLANCOS)

Nació como selección nacional en 1991, tras su independencia de la URSS, aunque apenas en 1998 participó en eliminatorias para el mundial de Francia. Fue el primer país llamado debutante en asegurar su sitio para la justa de 2026, empatando 0-0 a los Emiratos Árabes Unidos. La mayoría de sus jugadores militan en la Superliga de Uzbekistán, en Irán y en Turquía. Ningún equipo de Asia Central ha jugado antes en un mundial, por lo que los lobos blancos llegan a 2026 con la fuerza de representar a su país y a su región.



istas.PeruRadio.net



VAMOS A
PASARLA *bien*



una experiencia
codere

istas.PeruRadio.net

EL CORAZÓN TURÍSTICO NACIONAL

El Tianguis Turístico celebra medio siglo en un Acapulco que nunca ha dejado de reinventarse.

Eliesheva Ramos Hernández

DESCUBRE **MÉ
XI
CO**

Selecciones
READER'S DIGEST

istas.PeruRadio.net

DURANTE DÉCADAS, Acapulco fue sinónimo de glamur frente al mar. Allí pasaron su luna de miel figuras como John F. Kennedy; Hollywood encontró un refugio tropical lejos de los reflectores, y el Baby'O se convirtió en un ícono mundial donde productores musicales probaban canciones antes de lanzarlas al mercado internacional.

Pero este puerto también ha aprendido a levantarse. Entre temporadas turísticas y huracanes capaces de cambiar su historia en una sola noche, Acapulco ha construido una resiliencia que hoy forma parte de su identidad. En ese escenario de esplendor y reinención nació hace medio siglo el Tianguis Turístico, un encuentro que desde 1976 conecta a México con el mundo y que, al cumplir 50 años, regresa a su origen para celebrar no solo su existencia, sino la de un destino que siempre mira hacia adelante.

LA BAHÍA MÁS BELLA

HISTÓRICAMENTE, Acapulco ha sido la joya del turismo mexicano. Desde tiempos prehispánicos fue



punto estratégico de comercio y, siglos después, durante la década de los 50, se convirtió en el destino predilecto de celebridades internacionales que encontraron en sus playas un refugio perfecto.

El puerto vivía entonces una época irrepetible. Hoteles como el Flamingos (otrora propiedad del reconocido actor Johnny Weissmuller) definían el paisaje y simbolizaron esa era. Su famosísima Villa Tarzán todavía recuerda las visitas de figuras como John Wayne y Errol Flynn, representantes del Hollywood dorado que ayudaron a magnificar la



FOTOS (PORTADILLA Y ESTAS PÁGINAS): FIDETUR ACAPULCO.

imagen internacional del paradisíaco destino.

Aquella atmósfera también encontró eco en la vida nocturna. En 1976, cuando el Tianguis Turístico adoptó oficialmente ese nombre y comenzó a proyectar a México ante el mundo, abrió sus puertas el Baby'O, la discoteca más renombrada del país. Su relevancia fue tal que, según el cineasta Emilio Maillé, director del documental *La noche eterna del Baby'O*, el lugar llegó a convertirse en uno de los tres espacios del mundo donde productores musicales probaban sus discos

antes de lanzarlos al mercado. Acapulco no solo era un destino: era tendencia global.

EL TIANGUIS Y LA MEMORIA DEL PUERTO

HOY, ACAPULCO continúa siendo la ciudad más grande e influyente de Guerrero, donde el clima cálido y la belleza natural siguen atrayendo a visitantes nacionales y extranjeros. Detrás de su fama existe una historia de transformación constante: la de una villa de pescadores que evolucionó hasta convertirse en uno de los destinos más reconocidos del planeta y en la cuna del escape turístico más importante de América Latina.

Cinco décadas atrás, cuando el puerto vivía uno de sus momentos más brillantes, surgió la idea de crear un encuentro que proyectara al turismo mexicano hacia el mundo. Miguel Ángel Mata Mata, periodista guerrerense con más de cuatro décadas documentando la vida pública del estado, recuerda que el antecedente ocurrió en 1975, cuando el expresidente Miguel Alemán impulsó una Feria de Turismo desde el Consejo Nacional de

Turismo. Un año después nació oficialmente el Tianguis Turístico, reuniendo a representantes de más de 20 naciones.

El recién construido Centro de Convenciones se convirtió en el corazón de aquellas primeras ediciones, cuando compradores internacionales negociaban directamente la oferta turística mexicana y la ciudad entera parecía girar alrededor del evento.

Para buena parte de los acapulqueños, el Tianguis era parte de la vida cotidiana: hoteles llenos, restaurantes activos y una energía que marcaba el ritmo económico local. Con el tiempo, el modelo cambió y se volvió

itinerante, alternando su realización entre Acapulco y otros estados. Aunque esa medida amplió su alcance nacional e internacional, también transformó su vínculo con su ciudad natal. Actualmente, se realiza en la zona Diamante, lejos del antiguo Centro de Convenciones, transformado en un hospital de tercer nivel, lo que despierta entre algunos habitantes la sensación de que el Tianguis ya no se vive con la cercanía de antes. Este aniversario, sin embargo, abre la oportunidad de reconectar el evento con la identidad local y recordar que su historia sigue profundamente ligada a Acapulco.

Expo Mundo Imperial.



LA CIUDAD QUE APRENDE A LEVANTARSE

HABLAR DE ACAPULCO implica reconocer su resiliencia. La madrugada del 25 de octubre de 2023 marcó un antes y un después cuando el huracán Otis, intensificado abruptamente hasta categoría 5, impactó una ciudad habitada por casi 900,000 personas. En horas, el 98.2 % de las viviendas sufrió daños, cerca del 80 % de los hoteles resultó con afectaciones y más del 65 % de la franja costera quedó severamente deteriorada. Las pérdidas se estimaron en alrededor de 15,000 millones de dólares. Fue el primer huracán categoría 5 en impactar directamente una urbe de ese tamaño en el mundo.

Pero Acapulco ya conocía el arte de reconstruirse. A lo largo de su historia, distintos fenómenos naturales lo han obligado a reinventarse una y otra vez, convirtiendo la resiliencia en parte esencial de su carácter. Hoy el puerto

avanza hacia una nueva etapa. La recuperación se refleja en 62 proyectos turísticos que representan más de 50,000 millones de pesos en inversión para modernizar hoteles, abrir nuevos espacios gastronómicos y recuperar zonas emblemáticas como el CICI y la ahora llamada Bahía Histórica.

Las obras también alcanzan la Costera Miguel Alemán, accesos a playas tradicionales y espacios públicos que buscan devolverle al destino su vitalidad cotidiana, mientras la modernización de los aeropuertos de Acapulco y Zihuatanejo fortalece la conectividad aérea.



Tianguis Turístico.

En este momento de renovación, el Tianguis Turístico llega acompañado de nuevas apuestas. Aída Pérez, directora operativa del Fideicomiso para la Promoción Turística de Acapulco, adelanta que una de las sorpresas será la aplicación de una política de descentralización que permitirá a los visitantes conocer no solo el puerto, sino distintas regiones de Guerrero. La celebración también incluirá un gran desfile náutico, anticipó Javier Saldívar, presidente de la Asociación de Hoteles y Moteles de México. Lo demás, dicen los organizadores, permanece como una sorpresa.

Aunque queda camino por recorrer, Acapulco vuelve poco a poco a su ritmo natural, impulsado por una certeza compartida: el turismo sigue siendo su principal motor de vida.

ANIVERSARIO QUE MIRA AL FUTURO

LA CELEBRACIÓN del Tianguis Turístico ocurre en un momento simbólico. No solo conmemora la historia del evento, sino la capacidad de un destino para reinventarse frente a la adversidad. Hablar bien de Acapulco, como

señala Miguel Ángel Mata Mata, implica reconocer sus transformaciones: una ciudad que enfrenta nuevos retos y busca reencontrarse con la grandeza que alguna vez la convirtió en referencia mundial turística.

El contexto nacional refuerza esa relevancia. En 2025, México alcanzó un récord histórico al recibir 98.2 millones de visitantes internacionales, un crecimiento de 13.6 % respecto a 2024 y el mayor registro anual en la historia turística del país, según la Secretaría de Turismo.

Las cifras confirman algo que Acapulco ha sabido desde hace décadas: el turismo no es solo una actividad económica, sino una narrativa colectiva que conecta cultura, identidad y desarrollo... ¡un círculo virtuoso!

Como cada dos años, el Tianguis vuelve al puerto que lo vio surgir. Y quizá ahí radique su mayor significado: recordar que, así como Acapulco ha aprendido a levantarse una y otra vez frente al mar, el turismo mexicano también se construye a partir de la memoria, la resiliencia y la esperanza compartida de seguir mirando hacia adelante. ♦

CADA GOL CUENTA UNA HISTORIA.

LAS MÁS GRANDES SE VIVEN EN



LA SELECCIÓN DE
SELECCIONES

**EL NUEVO PÓDCAST
DE SELECCIONES
MÉXICO.**

DISPONIBLE EN:



**YOUTUBE: REVISTA
SELECCIONES**

REDES SOCIALES



INSTAGRAM: SELECCIONESMX



TIKTOK: SELECCIONESMX



FACEBOOK: REVISTA SELECCIONES



**PLATAFORMAS
DE STREAMING**

Una comunidad entretejida

Un grupo de personas usa sus agujas y termina proyectos para aquellos que no pueden hacerlo.

Maggie Gordon

TOMADO DE HOUSTON LANDING

BONNIE BLUMBERG SIEMPRE ha sabido que su madre era creativa y amable. Cuando era joven, en las décadas de 1960 y 70, su madre, Janice Goldstein, a menudo se ofrecía como voluntaria para coser los trajes para las obras de teatro de la escuela. Y no solo el traje de su hija: Goldstein los hacía para toda la clase, cosiendo y tejiendo hasta altas horas de la madrugada.

La dedicación de Goldstein a su oficio era algo que Blumberg daba por sentado.

Después aparecieron los 40 miniaccidentes cerebrovasculares. Y los tres derrames cerebrales masivos.

En 2017, Goldstein perdió la movilidad del lado derecho de su cuerpo y comenzó a usar una silla de ruedas. Hace dos años, Blumberg, profesora titular del

FOTO: DANIELLE VILLASANA

Anna Minmier trabaja para
terminar el suéter que empezó
Janice Goldstein.



departamento de Matemáticas de la Universidad de Houston Downtown, vendió la casa de su madre para comprar una más pequeña. Mientras empacaba, encontró tres suéteres tejidos en diferentes etapas de confección. Sabía exactamente para quiénes estaban destinados: el primero, una prenda azul y blanca, era para su madre; el segundo, morado sólido, era para Blumberg; y el tercero, un suéter abierto al frente que cobraba vida a partir de un patrón casero, era para la hija de Blumberg.

Los llevó a una tienda de tejidos de su localidad para que los terminaran. Los empleados la pusieron en contacto con otro establecimiento, donde alguien le preguntó: “¿Has oído hablar de Loose Ends?”. Blumberg, que nunca se había aficionado a las manualidades como su madre, no lo conocía.

Según descubriría, Loose Ends (piezas sueltas), es una organización que pone en contacto a personas que tienen trabajos sin terminar de seres queridos que han fallecido o están incapacitados con artesanos de su zona que pueden terminar colchas,

prendas y otros proyectos, todo ello de forma gratuita. Fundada hace unos dos años, esta organización sin fines de lucro cuenta con casi 30,000 “terminadores” voluntarios que se han hecho cargo de unos 3,500 proyectos desde que fue creada.

Blumberg se puso en contacto con Loose Ends y ellos la refirieron con una finalizadora cercana, Anna Minmier, para que se hiciera cargo del trabajo.

Ahora, bajo el encuadre de su cámara durante las teleconferencias de trabajo, los dedos de Minmier bailan un vals que ha memorizado a la perfección en los 20 años desde que empezó a tejer como una precoz niña de 9 años. Sus esfuerzos, dice Blumberg, son un acto de altruismo que nunca podrá pagar.

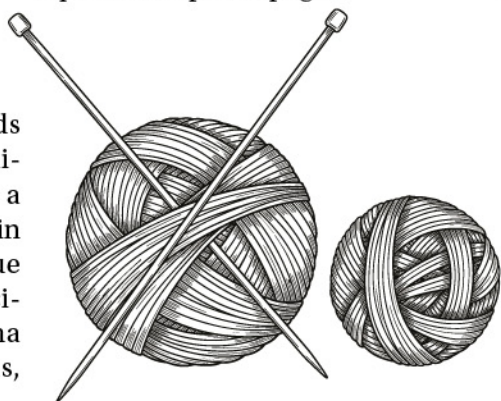


ILUSTRACIÓN: ADOBE STOCK

“Lo único que pude hacer cuando conocí a Anna fue darle un gran abrazo”, dice Blumberg, con lágrimas en los ojos. “Es increíble lo especial que es este proyecto. Habría gastado una fortuna para conseguirlo”.

“SE TRATA DE QUE LAS PERSONAS PUEDAN ABRAZAR ESTOS OBJETOS TANGIBLES CUANDO EXTRAÑEN A ALGUIEN”.

Minmier pasó meses terminando las prendas y dice que se siente feliz de formar parte de lo que considera una hermosa historia que une generaciones. Además, el proyecto le recuerda a su propia familia: su abuela también tejía, hasta que la artritis le impidió seguir realizando esos delicados movimientos.

Descubrió la organización Loose Ends cuando una tejedora a la que sigue en Instagram mencionó que se había inscrito para ser una de las encargadas de terminar algunos proyectos. “Sinceramente, me parece

un poco egoísta”, dice Minmier riendo. “Puedo dedicarme a mi gran afición y ni siquiera tengo que preocuparme por comprar los materiales”.

También es una oportunidad para trabajar con patrones que nunca hubiera elegido por sí misma, ampliando sus habilidades y asegurándose de que su mente se mantenga tan aguda como sus agujas.

Con cada movimiento de estas, el proyecto se acerca más a su finalización. Minmier lo echará de menos, aunque espera con ilusión el momento en que Blumberg pueda abrazar los recuerdos que su madre, fallecida en septiembre del año pasado, comenzó a tejer.

Eso, dice la cofundadora de Loose Ends, Jennifer Simonic, es parte de la belleza y el valor de la organización.

“No se trata solamente de ser amables”, explica Simonic. “Se trata de asegurarse de que las personas tengan estos objetos tangibles que puedan abrazar cuando extrañan a alguien. Eso es muy importante”. 💎

© HOUSTON LANDING (24-VII-2024).
REPRODUCIDO CON PERMISO.

SUSCRÍBETE 1 AÑO

POR SOLO \$479

(PRECIO REGULAR ~~\$980~~)

DISFRUTA
UN
47%
de
descuento



Llévate un
reloj digital
como
**REGALO DE
BIENVENIDA***



*AL PAGAR LA SUSCRIPCIÓN

 55 5985 2424

¡SUSCRÍBETE HOY!
Menciona la clave **S-04**

 55 6195 4395

istas.PeruRadio.net

COMPARTE CON LOS MÁS PEQUEÑOS
el placer de la mejor lectura
con las entretenidas secciones
para toda la familia.

CON TU SUSCRIPCIÓN RECIBIRÁS:



Un regalo
de bienvenida



Acceso a sorteos
especiales



Envío gratis
hasta tu hogar



Versión en audio
incluida



www.selecciones.com/suscribete/s04

Ofrecimiento exclusivo para nuevos suscriptores en México.





DRAMA DE LA VIDA REAL CLÁSICO

FEBRERO 1991



EXPLOSIÓN A MÁS DE 5,000 METROS DE ALTURA

*Todo iba bien en el vuelo 5390. De pronto,
el viaje se convirtió en una pesadilla.*



Peter Browne

ILUSTRACIONES: ADOBE STOCK

istas.PeruRadio.net

EL CLIMA ERA PERFECTO cuando el vuelo 5390 de British Airways despegó de Birmingham, Inglaterra, a las 8:20 a. m. del 10 de junio de 1990, con destino a Málaga, España. La mayoría de los 82 pasajeros eran turistas. Las sonrisas se dibujaron en sus rostros cuando el capitán Tim Lancaster anunció: “Hace mucho calor en Málaga. Siéntense y disfruten del vuelo”.

Mientras el avión BAC 1-11 ascendía en dirección al sur, los cuatro miembros de la tripulación de cabina comenzaron a servir el desayuno. En la cabina de mando, el capitán Lancaster, un veterano alegre de 41 años con 11,000 horas de vuelo en su libro de registro, ocupaba el asiento izquierdo. A su derecha, volando con él por primera vez, se encontraba el primer oficial Alastair Atchison, de 39 años. Él se concentró en las instrucciones de radio mientras el control de tráfico aéreo guiaba al vuelo 5390 a través del congestionado espacio aéreo del oeste de Londres.

A unos 5,180 metros de altura, 13 minutos después del despegue, el avión se encontraba en una zona con menos tráfico

aéreo y ambos pilotos pudieron relajarse. Lancaster se desabrochó el arnés del hombro, dejando el cinturón de seguridad abrochado de forma ligera. El capitán, señalando la ciudad de Abingdon a sus pies, le dijo a su copiloto: “Un poco más allá está mi casa”.

Segundos después, se produjo una fuerte explosión. El parabrisas izquierdo desapareció delante de Tim y, en un instante, el aire a presión que salía del interior del avión lo succionó de manera parcial a través del agujero de 60 por 90 centímetros. En el exterior, la corriente de aire, de unos 514 kilómetros por hora, dobló la mitad superior de su cuerpo contra el fuselaje de la aeronave.

La puerta de la cabina se estrelló contra el hombro de Atchison y luego partió a lo largo la consola central de radio y los aceleradores. Un golpe de una de las piernas de Lancaster había desactivado el piloto automático. El avión se inclinó con brusquedad hacia un lado.

El auxiliar de vuelo número 3, Nigel Ogden, estaba de pie en la cocina delantera, justo detrás de la puerta, cuando escuchó lo

que pareció un trueno. Giró y vio a Tim deslizándose por el hueco que había dejado el parabrisas desaparecido. Ogden saltó por encima de la consola de radio y se colocó a horcajadas sobre el asiento del capitán para sostenerlo por la cintura.

La fuerza era tal que a Nigel le pareció que le arrancaban los brazos de cuajo y podía sentir cómo era arrastrado junto con Lancaster. “¡Que alguien me ayude!”, gritó. Pero la corriente de aire se llevó su voz y Alastair estaba demasiado ocupado tratando de controlar el avión.

En la cabina, los pasajeros aterrizados vieron cómo, por un momento, el aire se llenaba con una niebla blanca, condensación causada por el choque del aire frío del exterior con el aire más cálido dentro. El avión se estremeció y pareció caer. Stephanie Jenkins, quien iba a visitar a su madre a Málaga, pensó: *Dios mío, es una bomba*. Michael Lawrence, expiloto de combate de la Real Fuerza Aérea, supo de inmediato que se había producido una

descompresión y, por instinto, apretó su cinturón de seguridad hasta hacerse daño.

El jefe de cabina John Heward, de 37 años, estaba en la fila cinco sirviendo té. Corrió hacia la parte delantera para reunirse con Ogden en la estrecha cabina de mando. Al ver a Atchison buscando a tientas los aceleradores cubiertos por la puerta destrozada, Heward arrojó los paneles astillados al pasillo. Luego, enganchando un brazo en el arnés de un asiento plegable detrás del del capitán, tomó el cinturón de Nigel con una mano y los pantalones de Lancaster con la otra.

El primer oficial se dio cuenta de su difícil situación al instante. Los 1-11 de British Airways no estaban equipados con máscaras de oxígeno desplegadas para los pasajeros, y su capitán corría el riesgo no solo de ser succionado fuera del avión, sino también de morir congelado a una temperatura exterior de 22 grados Celsius bajo cero. Solo existía una posible solución: *Descender lo más rápido y seguro posible a 3,000 metros*. A esa altitud hay suficiente oxígeno, por lo que no se necesitan las máscaras.



Mientras descendía a una velocidad de más de 590 kilómetros por hora, era dolorosamente consciente de los golpes que estaba sufriendo Tim. Repitió va-

TRAS UNA EXPLOSIÓN, UN PARABRISAS DESAPARECIÓ Y TIM TERMINÓ CON MEDIO CUERPO FUERA.

rias veces por radio: "Mayday, Mayday. Aquí 5390. Tenemos una descompresión explosiva".

Entre los pasajeros no cundió el pánico cuando el avión entró en picada; solo hubo un silencio de conmoción. *Esto es el fin*, pensó Stephanie Jenkins. *Y no hice ningún testamento. No volveré a ver a Gordon ni a los niños*. Michael Lawrence se sintió aliviado al ver que los frenos aerodinámicos se deslizaban desde el ala. Se volvió hacia el pasajero que tenía a un lado y le dijo: "Todo funciona. No te preocupes".

A 3,000 metros, Atchison niveló el avión. Redujo la velocidad tanto como se atrevió, con la esperanza de que eso ayudara

a Ogden y Heward a jalar al capitán al interior. Pero incluso con el avión a punto de entrar en pérdida, a 270 kilómetros por hora, no pudieron moverlo. Su cuerpo estaba inmovilizado por la corriente de aire, con los brazos agitándose. A Alastair le recordó a un muñeco de trapo. Era imposible que su compañero estuviera vivo. Debía de haberse roto la espalda. Cuando los demás en la cabina de vuelo vieron al copiloto con cara de interrogación, él gritó por encima del ruido del viento: "Está muerto".

Para entonces, el auxiliar de vuelo número 2, Simon Rogers, de complexión fuerte y el más joven de la tripulación con 29 años, había salido de la cocina trasera para unirse a Nigel y John. Apretujados en el reducido espacio, los tres hombres intentaron introducir al capitán una vez más, pero fracasaron.

Sin embargo, lograron levantar la pierna derecha de Lancaster, aliviando la presión contra la columna de control izquierda del avión, lo que ayudó, en parte, al menos a uno de los problemas de Atchison. Pero la pierna izquierda seguía atascada. La tripulación se

enfrentaba a una terrible posibilidad: ¿tendrían que empujar a su capitán hacia fuera para liberar los controles? Alastair negó con la cabeza. “Aguanten si pueden”.

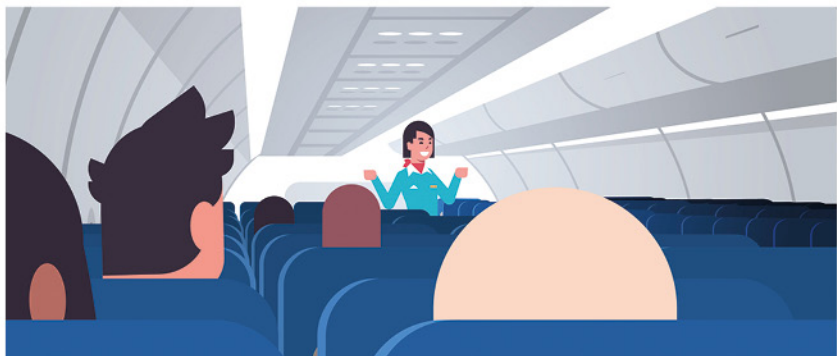
Para entonces, Nigel Ogden estaba al límite de sus fuerzas. Un nervio de su brazo derecho se había seccionado por el movimiento de sierra contra el marco del parabrisas. Como toda la tripulación, llevaba solo una camisa y tenía los brazos desnudos entumecidos por el viento helado que dificultaba la respiración. *No puedes soltarte*, se dijo a sí mismo. *Piensa en la familia de Tim*. Pero sus brazos estaban perdiendo toda sensibilidad con rapidez. Gritó a los demás: “¡No puedo aguantar más!”.

Mientras Heward y Rogers apretaban las piernas de Lancaster, Ogden se soltó y se desplomó en un asiento. La sobrecarga Susan Prince, de 33 años, se unió a él. “Creemos que el capitán ha muerto”, le dijo Nigel con delicadeza. “Pero hay trabajo que hacer. Vamos”. Prince contuvo las lágrimas y juntos fueron a ayudar a los pasajeros. A pesar de su aparente confianza, ninguno de los dos creía que fueran a sobrevivir.

En la cabina de mando, Simon se ató al asiento plegable situado detrás del asiento del capitán. Estirándose hacia delante, consiguió sostener el tobillo de Tim y liberar su pierna derecha de los controles. Entonces, sintió que de pronto el capitán se deslizaba otros 15 centímetros hacia el exterior. Ahora su torso estaba completamente fuera de la aeronave. Momentos después, cuando el avión se inclinó hacia la izquierda para cambiar de rumbo, el cuerpo de Lancaster se movió de nuevo y cayó sobre la ventana lateral. Por primera vez, Rogers vio con horror el rostro de aquel hombre.

Estaba manchado de sangre, con los ojos muy abiertos y negros por los hematomas, la lengua de fuera y la piel ondulando por la corriente. Simon sintió náuseas y apartó la mirada.

A las 8:42 a. m., 9 minutos después de la descompresión, Chris Rundle, el jefe de guardia del aeropuerto de Southampton, se enteró por el control de tráfico aéreo de que un BAC 1-11 se desviaba a Southampton con un aparente problema de presurización. Rundle declaró una emergencia



total y llamó a la policía, las ambulancias y los bomberos.

Dos minutos más tarde, Atchison se comunicó por radio: "Southampton, aquí 5390, ¿me escuchan?". Chris le indicó el rumbo y la altitud a la que debía volar, y preguntó: "¿La presurización es su único problema?".

"Negativo. La ventana de la cabina explotó. La mitad del cuerpo del capitán salió succionada y creo que está muerto".

A punto de aterrizar una aeronave de pasajeros sin ayuda en un aeropuerto desconocido, Alastair solo tuvo un momento para hablar con los pasajeros. Pero su voz era tranquilizadora y firme: "Señoras y señores, les habla el copiloto. Por favor, obedezcan todas las órdenes de la tripulación de cabina".

Muchos pasajeros se aferraban unos a otros en busca de consuelo, sin saber todavía por qué un vuelo agradable se había transformado en una pesadilla.

El expiloto de combate Michael Lawrence, quien se había ofrecido para ayudar, fue llamado y se le pidió que se encargara de la salida de emergencia principal. Se horrorizó al ver lo que había ahí: el cuerpo del capitán brillaba como si estuviera cubierto de escarcha. *¿Y si el auxiliar pierde el agarre?*, pensó Lawrence. Tim podría ser arrastrado hacia el motor izquierdo y destruirlo.

Junto con Prince y Ogden, Heward comenzó a preparar a los pasajeros para un aterrizaje de emergencia, mostrándoles cómo protegerse: la cabeza entre las rodillas y los brazos doblados

sobre el pecho. Repitieron el procedimiento a los pasajeros una vez más. Uno de ellos no dejaba de decir: “Vamos a estrellarnos, ¿verdad?”. Susan esbozó una sonrisa: “No, no. Miren, ya nos estamos estabilizando. Todo está bien”.

Mientras Chris Rundle, en el aeropuerto de Southampton, guiaba a Atchison en un amplio giro hacia el sur de la ciudad, los pasajeros de los asientos de la ventanilla miraban hacia abajo con terror. David Duncan, director de ventas de computadoras, temía que el avión se rompiera y se estrellara en el mar. Entonces notó a una anciana que parecía tranquila. *Si ella puede estar en calma, pensó, yo también puedo.*

En la cabina de mando, Simon Rogers, quien se mantuvo sosteniendo las piernas del capitán, sintió que los tobillos de Lancaster se contraían en sus manos y que los pies comenzaban a dar patadas. Se aferró con fuerza, creyendo que debía de ser un último espasmo muscular del cadáver.

Alastair reducía la potencia de los motores para la aproximación final. Era muy consciente de que un aterrizaje brusco podría soltar a Tim; la corta pista

de Southampton dejaba poco margen para el error, y los frenos sobrecalentados podían incendiarse. Mientras buscaba el aeropuerto delante, era imposible evitar ver el cuerpo agitándose fuera de la ventana. *Bórralo de tu mente. Concéntrate en volar.*

A cerca de 5 kilómetros de distancia, informó que ya tenía la “pista a la vista”. Rundle respondió: “Autorizado para aterrizar”, y se acercó a la ventana para observar. A bordo del avión, John Heward vio pasar las copas de los árboles y dio la orden por el micrófono: “¡Prepárense! ¡Prepárense! ¡Bajen la cabeza por debajo de los asientos!”.

David Duncan solo sintió una ligera sacudida. Para Stephanie Jenkins, fue el aterrizaje más suave que había experimentado. El avión frenó hasta detenerse. Durante unos segundos se produjo un silencio brutal. A continuación, la tripulación de cabina evacuó a todos los pasajeros a gran velocidad.

Eran las 8:55 a. m., solo 35 minutos después de que el vuelo 5390 hubiera despegado de Birmingham. “Fue una aproximación fantástica”, le dijo Chris al

primer oficial por radio. En sus auriculares, Rundle escuchó al copiloto llorar en silencio.

Cuando las ruedas dejaron de moverse, el bombero John Foscett se sorprendió al ver que Tim Lancaster se movía y levantaba la cabeza. Cuando subía por una escalera para ayudar al capitán mientras unas manos ansiosas lo volvían a meter en el avión, Foscett lo escuchó murmurar: “¿Dónde estoy?”

En cuestión de minutos, Lancaster estaba de camino al hospital, donde los médicos describieron su estado como “absolutamente extraordinario”. De manera milagrosa, había terminado solo con congelaciones, fracturas leves en el brazo y la muñeca derecha, un pulgar roto y contusiones extensas.

Cuando se invitó a los pasajeros a continuar su viaje en un Boeing 737 traído desde Heathrow, solo siete se negaron.

Los investigadores descubrieron que la catástrofe había sido causada por un error humano. Unas 30 horas antes del incidente se había reemplazado el parabrisas del BAC 1-11. Los 90 tornillos utilizados en el nuevo parabrisas



eran del tamaño incorrecto, demasiado pequeños para fijarlo contra la presión de la cabina. La explosión era inevitable.

Cinco meses después del incidente, tras una intensa fisioterapia para reparar los nervios dañados de sus brazos, Tim Lancaster volvió a la cabina de pilotaje. Lo que él mismo calificó como “una maniobra milagrosa” le valió a su copiloto, Alastair Atchison, varios premios, entre ellos una medalla de oro por su extraordinaria destreza, otorgada por la Asociación de Pilotos de Aerolíneas Británicas, la cual también le concedió galardones especiales a toda la tripulación de cabina.

Tim Lancaster todavía se sorprende de haber sobrevivido a una experiencia única en la historia de la aviación. “Debo de ser el hombre más afortunado del mundo”, afirma. ♦

ENTRE NIÑOS



Cierta vez estaba en una videollamada con mi nieto de 3 años cuando, de pronto, el niño dijo: “Ya puedes salir de la computadora y venir aquí, abuelita”.

—JUNE PEARSONS, *Canadá*

El año pasado fuimos a casa de mi madre a cosechar papas. Mi hijo perdió poco a poco el entusiasmo, se sentó y puso cara de fastidio. Le pregunté qué le pasaba. Bastante irritado, respondió: “Primero plantamos papas. Luego volvemos al mismo lugar y las desenterramos. No lo entiendo”.

—BRIGHTSIDE.ME

En una ocasión, les dije a mis hijos: “¡Vámonos, ya se nos hizo tarde!”.

Mi hijo de 11 años respondió: “¡Pues deberías haber empezado a gritarnos antes!”.

—@ADMISSIONS

Mi hijo pidió tener un hermano durante años, y finalmente sucedió: nació una niña. Cuando

mi hija tenía un año, sacaba los juguetes más rápido de lo que podíamos guardarlos. Cierta vez, miré a su hermano mayor, entonces de 6 años, y le dije: “¿Qué vamos a hacer con ella?”. Él respondió, con una cara muy seria: “Quedártela. ¡Trabajé duro para traerla aquí!”.

—SHAWNA MATHIESON,
Canadá

Sabes que estarás sujeto a muchos años de bromas pesadas cuando tu hijo pequeño abre la puerta del baño y te apunta con un par de binoculares.

—ASHLEY ASHFIELD,
Canadá

Un día que cuidaba a mi nieta de 5 años, la llevé a comprar un helado a un restaurante de comida rápida. Cuando terminó, le pregunté si le había gustado. Su respuesta fue: “Sí, pero ahora mi estómago está frío, así que necesito unas papas fritas para calentarlo”.

—JOYCE HELLEWELL,
Canadá

Mi esposo le dijo a mi hijo de 3 años que tendrían que dejar

de jugar para que él pudiera prepararse para una reunión que tendría con su jefe. El pequeño le preguntó qué era un jefe, y mi esposo le explicó que era alguien que le daba trabajo y le decía qué hacer. “¿Como mi mamá?”, inquirió mi hijo. —LISA GERLA, *Canadá*

Una vez en que estaba acostada en mi cama, mi hijo de 4 años empezó a peinarme suavemente. Entonces, mi hijo de 8 años entró en la habitación y preguntó por qué su hermano menor usaba unas tijeras en mi cabello. Resultó que estaba “peinándome” con unas tijeras porque no había encontrado un peine.

—BEE QUAMMIE,
escritora

Mi hijo de 6 años preguntó: “¿Puedo comer una galleta?”. “Termina tu cena primero”, respondí. “Mi estómago está lleno, excepto por un espacio en forma de círculo”, fue su argumento. —@CHHAPINESS

Publicaremos tu anécdota si nos hace reír. Más información EN LA PÁGINA 15.



Los editores

1. ¿Qué color de vestido de novia puso de moda la reina Victoria en el siglo XIX, algo que cambiaría la tradición nupcial en gran parte del mundo occidental?

2. ¿Qué fecha marcaba el inicio del año nuevo para los mexicas?

3. ¿Qué lugar es considerado el último bastión de la zona lacustre de la Ciudad de México, junto con Tláhuac y Chalco, debido a la conservación de su zona chinampera?

4. ¿Cuántos videos albergaba en 2025 YouTube, considerada la mayor plataforma para compartir videos?

5. ¿Qué emperador romano fue tan excéntrico que llenó de lujos a su cabaño (con establo de mármol y comida con oro) y quiso nombrarlo cónsul para mofarse del Senado?



6. ¿Qué artista logró un dominio histórico en Spotify al convertirse en el más escuchado del mundo cuatro veces desde 2020, según las estadísticas globales de esa plataforma?

7. ¿Qué película desbancó a la cinta *Mi pobre angelito* como la cinta navideña más taquillera?

8. ¿Qué tienen de especial los tiburones en su estructura corporal que los hace diferentes, desde el tiburón blanco hasta el tiburón ballena?

9. Aunque asociamos a las plantas con la producción de oxígeno gracias a la fotosíntesis diurna, ¿qué compuesto liberan principalmente por la noche?

10. ¿Cuál es la montaña más elevada de Europa, ubicada en la impresionante cordillera del Cáucaso?

Respuestas: 1. Blanco. 2. El 13 de febrero. 3. Xochimilco. 4. 5.1 mil millones de videos. 5. California. 6. Bad Bunny. 7. *El Grinch* (2018), con más de 538 millones de dólares, cantidad superior a los 476 millones de dólares de *Mi pobre angelito* recaudados en 1990. 8. No tienen huesos, solo cartilago. 9. Dióxido de carbono. 10. Monte Elbrús.



**UN ANIVERSARIO QUE
NOS PONE DE FIESTA
¡CELEBREMOS JUNTOS!**

**4 SÁBADO
ABRIL**

**7a
CARRERA
DE BOTARGAS 2026**

**INSCRIPCIONES E INFORMES
AL 5572203225**

**25 SÁBADO
ABRIL**

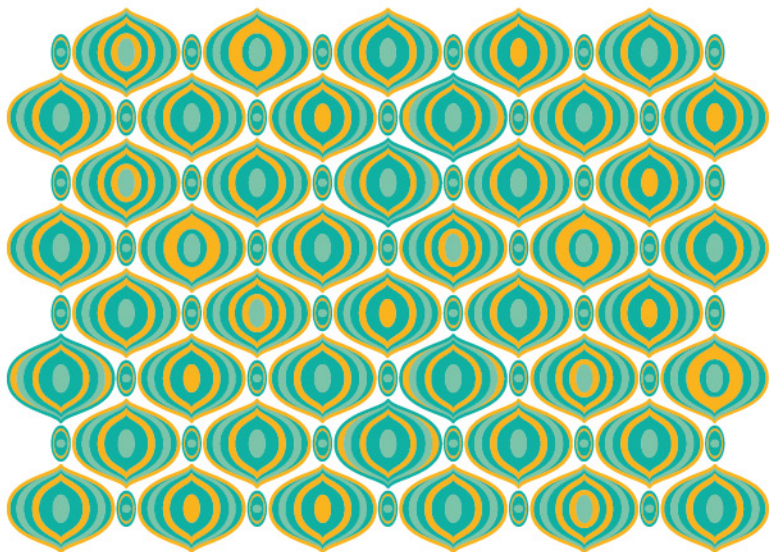


JUEGOS MENTALES

Vista segura

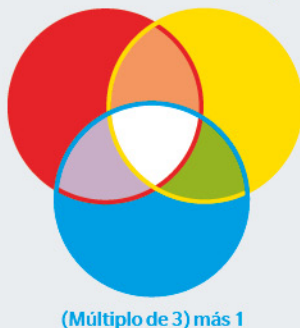
DIFICULTAD MEDIA

Esta es una parte de un modelo más grande. ¿Puedes identificar cuántas veces aparece la sección que se muestra debajo, dentro de la base?



Número cuadrado

Múltiplo de 4



(Múltiplo de 3) más 1

Círculos vitales

DIFICULTAD ALTA

En un diagrama de Venn como este, todos los elementos dentro de cada círculo tienen la propiedad de ese círculo, y todos los elementos fuera de él no la tienen. Escribe un número menor a 100 en cada una de las ocho secciones del diagrama (las siete que están dentro de los círculos superpuestos, más la sección exterior), utilizando cada dígito del 0 al 9 solo una vez. El número que va en la sección exterior es el más grande.

Limpieza de primavera

DIFICULTAD MEDIA

Camilo y su esposa, Jacky, deciden que ya es hora de que sus hijos, Camilo chico, Bernardo y Noé, ayuden con la limpieza de primavera. Hay cinco tareas principales:



Fregar los
pisos



Quitar el polvo de
los ventiladores
de techo



Limpiar la terraza
con una
hidrolimpiadora



Limpiar los
residuos de los
canchales



Tirar la comida
vieja del
congelador

Cada miembro de la familia es responsable de una de estas tareas. Utilizando las siguientes pistas, determina quién hace qué:

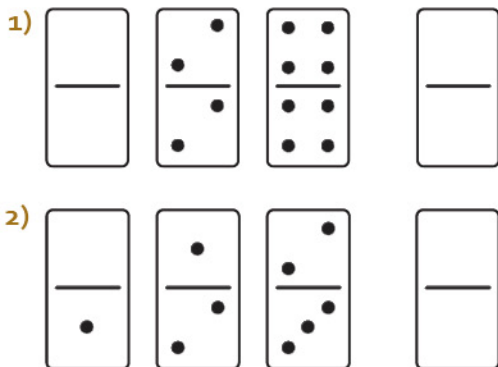
- ◆ Camilo padre necesitará una escalera.
- ◆ La tarea de Jacky tiene que ver con el agua.
- ◆ Bernardo estará dentro y Noé fuera.
- ◆ Nadie llamado Camilo está quitando el polvo de los ventiladores de techo.

Dominó

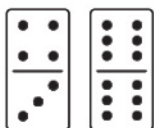
DIFICULTAD BAJA

Observa cada una de las siguientes series y completa el último elemento siguiendo la secuencia lógica. Hazlo en el menor tiempo posible.

RESPUESTA

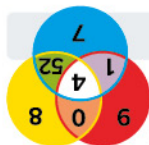


RESPUESTAS



1) Dominó

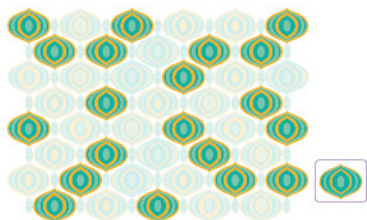
Limpieza de primavera
Camilo papá está limpiando los canales, Jacky fregando los pisos, Camilo chico tirando comida del congelador, Bernardo quitando el polvo de los ventiladores de techo y Noé lavando a presión la terraza con una hidrolimpiadora.



63

El verde solo puede ser 28, 40, 52 o 76: un número de dos dígitos. Dado que 10 dígitos llenan ocho secciones, exterior es el número más grande. El resto son números de un dígito. Eso hace que el rojo sea el 9, el naranja el 0, el amarillo el 8, el morado el 1, el blanco el 4 y el azul el 7, lo que deja el 52 para el verde y el 63 para el exterior.

Círculos vitales



Vista segura



Los editores

1. pronaos – **A** tipo de columna.

B pórtico de los templos antiguos.

C lugar donde se rinde tributo a un dios. **D** construcción en honor a un gobernante.

2. vindicar – **A** ceder la palabra a alguien. **B** entregar documentos para un trámite. **C** provocar a un interlocutor. **D** defender a una persona calumniada.

3. albacea – **A** persona que lidera una tarea. **B** caja donde se guarda el dinero. **C** quien cumple la última voluntad de un testador. **D** contrato inmobiliario.

4. posprandial – **A** periodo posterior a la comida. **B** periodo previo a la comida. **C** estado de ánimo tras una discusión. **D** descanso después de hacer ejercicio.

5. nimbo – **A** círculo en la cabeza de algunas imágenes. **B** jeroglífico tallado en instrumentos antiguos. **C** representación de un animal. **D** tipo de pincel.

6. glagolítico – **A** periodo histórico. **B** alfabeto de pueblos eslavos. **C** originario de una comunidad australiana. **D** que se relaciona con los caballos.

7. madrépora – **A** tipo de pez que vive en los corales. **B** celentéreo de los mares intertropicales. **C** planta que crece en la selva. **D** género de aves.

8. querquerre – **A** jaula para aves. **B** reptil prehistórico de gran tamaño. **C** pájaro de la familia de los córvidos. **D** planta suculenta perenne.

9. falsabraga – **A** puerta que no lleva a ningún sitio. **B** copia de llaves. **C** espejo en la puerta de un armario. **D** muro delante de la muralla principal.

10. anteversión – **A** primer borrador de una obra. **B** fractura de la pierna. **C** desviación hacia delante de alguna estructura anatómica. **D** enfermedad autoinmune.

Enriquece tu vocabulario

RESPUESTAS

1. pronaos (B): pórtico de los templos antiguos, ubicado frente al santuario o naos, a modo de entrada, con muros laterales y columnas en la parte delantera. Del griego *pro*, “delante” y *naós*, “templo”.

2. vindicar (D): defender, sobre todo por escrito, a una persona que fue atacada o calumniada de manera injusta. Recuperar con justicia aquello que le pertenecía a alguien y le fue arrebatado.

3. albacea (C): persona encargada de custodiar los bienes y cumplir la última voluntad de un testador tras su fallecimiento, asignada por el propio testador o por un juez.

4. posprandial (A): periodo posterior a la ingesta de alimentos. Término utilizado sobre todo en contextos médicos para evaluar respuestas fisiológicas.

5. nimbo (A): círculo luminoso que rodea la cabeza de algunas imágenes religiosas o la de algunos emperadores en medallas romanas. También: nube grande portadora de lluvia, nieve o granizo.

6. glagolítico (B): alfabeto de algunos antiguos pueblos eslavos, que sirvió de base al cirílico de Bulgaria. Del búlgaro *glagolati*, “hablar”.

7. madrépora (B): celentéreo que habita en los mares intertropicales. Esta especie desempeña un papel fundamental en la formación de arrecifes de coral.

8. querquerre (C): pájaro de la familia de los córvidos. También se conoce como chara verde.

9. falsabraga (D): muro de menor altura que se coloca delante de la muralla principal de una fortificación, con la intención de proporcionar una mayor defensa.

10. anteversión (C): desviación hacia delante de alguna estructura anatómica con respecto a su eje o posición habitual. Algunos de los tipos más habituales son la anteversión femoral, la pélvica y la uterina.



Puntuación

6-7: bueno • **8-9:** notable
10: sobresaliente



#CERCA DE TI

multimedios tv



ENTÉRATE AQUÍ



.izzi!



Samsung
TV Plus

dish

sky



LG Channels



Roku
Channel



Totalplay

RUN:TIME

TCL

pluto tv

plex

CANELA.TV

CIUDAD DE MÉXICO, GUADALAJARA, MONTERREY, TORREÓN, SALTILLO, LEÓN, PUEBLA, CD. JUÁREZ, NVO. LAREDO,
MATAMOROS, REYNOSA, CD. VICTORIA, TAMPICO, DURANGO, TLAXCALA, TEPEC, PUERTO VALLARTA
BAHÍA DE BANDERAS, LOS CABOS, LA PAZ, MÉRIDA, CANCÚN.

istas.PeruRadio.net

CITAS CITABLES

A veces es tu día. A veces no es tu día. Pero tienes que dar gracias a Dios por tener un día.

—Sheryl Lee Ralph,
ACTRIZ,
EN LA REVISTA *AARP*



Regalé toda mi fortuna de Apple porque la riqueza y el poder no son mi razón de ser.

—Steve Wozniak,
EMPRESARIO
TECNOLÓGICO,
EN *PC GAMER*

Si no te critican, es que te estás yendo demasiado a lo seguro.

—Jesse Cole,
FUNDADOR
DE SAVANNAH BANANAS,
EN *60 MINUTES*

El arte es crear algo que nadie pidió, no porque no lo necesitaran, sino porque no sabían que lo necesitaban hasta que tú lo creaste, hasta que les ayudaste a respirar, a soñar y a encontrar un camino a seguir.

—Mira Jacob, ESCRITORA, EN *THE POEM YOU ARE HERE*

Utiliza los nervios, utiliza la emoción, pero solo un poco. En su lugar, confía en tu experiencia, tu entrenamiento y la repetición para hacer el trabajo.

—Michael Kosta,
COMEDIANTE,
EN EL LIBRO *LUCKY LOSER: ADVENTURES IN TENNIS AND COMEDY*



FOTOS: ARAYA DOHENY/GETTY IMAGES (RALPH), JAIDEN TRIPI/GETTY IMAGES (COLE), MANNY CARABEL/GETTY IMAGES (KOSTA)

**PROMOCIÓN
ESPECIAL AL
RESERVAR**
mencionando
la clave:
HDAINN

VENTE A MÉRIDA

¡TUS VACACIONES TE ESPERAN!



RESERVACIONES (+52) 999.930.0390 • reserva@hacienda-inn.com • www.hacienda-inn.com

Avenida Aviación núm. 709, entre calles 100 y 108, Col. Nueva Sambulá • Mérida, Yucatán.

A 2 MINUTOS DEL AEROPUERTO

DESCUBRE **MÉXICO**

Selecciones
READER'S DIGEST

ACAPULCO,
primer destino
mexicano de
clase internacional

MEDIO SIGLO
de esta ventana
al mundo

50 AÑOS
TIANGUIS TURÍSTICO